

## Olah roso lan kebatinan

Dalam kebatinan jawa, istilah roh sedulur papat lan kalima pancer selalu disebutkan, karena pengertian itu melandasi kekuatan sukma manusia, yang bila diyakini dan diolah lebih mendalam akan memunculkan suatu kegaiban dan kekuatan gaib yang berasal dari diri manusia sendiri, kegaiban sukma manusia, yang diolah melalui ketekunan kepercayaan dan penyelarasan hidup dan pemujaan kepada *Gusti Allah*. Termasuk ucapan yang dilandasi kekuatan dan keyakinan batin akan terjadi, maka itu akan benar terjadi, *saking kersaning Allah*. Orang yang sudah sedemikian itu sering disebut ucapannya *mandi* (manjur / *idu geni*).

Sebenarnya sudah disadari bahwa pengetahuan tentang *Sedulur Papat Kalima Pancer*, yang biasanya terkait dengan konsep kebatinan tentang *Manunggaling Kawula Lan Gusti*, *Sangkan Paraning Dumadi*, *Sukma Sejati*, *Guru Sejati*, dsb, sebenarnya adalah puncak-puncak dari keilmuan kebatinan dan spiritual jawa, jauh sebelum datangnya agama Islam di pulau Jawa. Konsep-konsep tersebut adalah terminologi asli kejawen dan adalah hasil pencapaian kebatinan dan spiritual tokoh-tokoh kejawen, yang kemudian diajarkan kepada para pengikutnya, dan akhirnya kemudian berkembang menjadi ajaran keilmuan kebatinan jawa atau menjadi aliran kepercayaan kerohanian kejawen.

Tetapi banyak orang yang kurang mengerti tentang Roh Sedulur Papat kemudian memberikan pandangan-pandangan lain, misalnya menyamakan artinya sebagai sifat-sifat tanah, air, api, dsb dalam diri manusia. Atau juga dalam penyebaran agama Islam di tanah jawa dulu, sebagai tandingan ajaran kejawen dan untuk menghapuskan pengaruh ajaran Syech Siti Jenar yang telah diterima secara umum di masyarakat Jawa, roh sedulur papat sering disamakan sebagai empat jenis nafsu manusia ataupun disamakan dengan malaikat-malaikat pendamping manusia (juga untuk keperluan penyebaran agama Islam, arti kata pusaka kalimasada dalam cerita pewayangan disimpangkan artinya menjadi kalimat syahadat (Wikipedia)).

Tanpa bermaksud menyalahkan atau merendahkan pandangan-pandangan lain tersebut, Penulis hanya ingin mengingatkan bahwa konsep-konsep kejawen tersebut di atas adalah asli terminologi kebatinan jawa dan memiliki arti dan makna sendiri yang tidak dapat disamakan dengan arti dan makna dalam pandangan-pandangan lain tersebut. Jika pun dihubungkan dengan penghayatan kebatinan masyarakat Jawa, maka arti dan maknanya dalam konsep pandangan lain tersebut tidak akan sama dengan arti dan maknanya dalam konsep kejawen di masyarakat. Atau juga jika diterapkan dalam keilmuan kebatinan, maka arti dan makna konsep dalam pandangan-pandangan lain tersebut sama sekali tidak akan berguna dalam keilmuan batin kejawen.

Dalam halaman ini Penulis menuliskan sebagian hubungan roh sedulur papat dengan kemampuan seseorang dalam keilmuan batin / gaib. Seringkali para praktisi kebatinan, termasuk orang-orang yang mampu melihat gaib, tidak menyadari keberadaan roh sedulur papat dan tidak mampu melihatnya, sehingga tidak mempunyai pemahaman yang dalam tentang roh sedulur papat dan seringkali juga tidak dapat mendaya-gunakan kemampuan roh-roh itu atau mendayagunakan kombinasi kesatuan roh Sedulur Papat dan roh Pancer.

Memang tidak semua orang, termasuk yang mampu melihat gaib, mampu untuk melihat roh sedulur papat, karena dimensinya lebih halus dan lebih sulit dilihat daripada kuntilanak, gondorowo atau dedemit lainnya atau roh-roh halus tingkat rendah lainnya yang biasa dilihat orang. Roh Saudara Kembar / Sedulur Papat menjadi sesuatu yang sulit untuk dilihat, sehingga seseorang yang telah dapat melihat atau bertemu dengan roh sedulur papat-nya seringkali dianggap sebagai

suatu keberuntungan dan keistimewaan tersendiri.

Bahkan seringkali dikatakan, dalam hubungannya dengan kebatinan jawa, bahwa ilmu seseorang sudah mencapai puncaknya apabila sudah dapat menemui wujud Guru Sejati, yang tidak lain adalah roh sedulur papat, yang wujudnya secara halus benar-benar mirip dengan orang yang bersangkutan. Tetapi sebenarnya itu barulah awal dari suatu tahapan penting yang harus dikembangkan lagi ke tingkat yang lebih tinggi. Hanya sekedar bisa melihat atau bertemu dengan roh sedulur papat tidak akan berarti apa-apa dan tidak akan memberi manfaat apa-apa. Tetapi kesempurnaan akan didapatkan jika seseorang bisa mendayagunakan kesatuan roh sedulur papat dengan orang itu sendiri dalam setiap usaha dan perbuatannya.

Pendayagunaan roh sedulur papat sebagai Guru Sejati dapat dilakukan dengan memperhatikan semua pemberitahuan dari mereka yang berupa rasa dan firasat, ide dan ilham, penglihatan gaib dan jawaban dari berbagai pertanyaan dan permasalahan, atau menjadikannya sebagai satu kekuatan sukma yang mendasari perbuatan-perbuatan, atau pada tingkatan yang lebih tinggi dapat mendayagunakannya sebagai suatu pribadi yang bisa diajak berpikir dan berkomunikasi seolah-olah mereka adalah sosok-sosok roh lain yang berdiri sendiri-sendiri.

Untuk dapat lebih memahami isi dari tulisan di halaman ini, sebaiknya mengetahui lebih dulu penjelasan tentang roh sedulur papat yang dapat dibaca dalam tulisan : Sedulur Papat Kalima Pancer.

Olah Sukma adalah bagian dari olah batin, tetapi tingkatannya lebih tinggi daripada ilmu-ilmu kebatinan biasa, tetapi di sisi lain, olah sukma ini juga menjadi dasar menuju tingkatan ilmu kebatinan dan spiritual yang lebih tinggi. Dalam olah batin kita mengolah kekuatan batin dan ilmu-ilmu kebatinan, sedangkan dalam olah sukma kita mengolah sukma kita. Cakra tubuh yang bekerja adalah cakra yang berada di leher sampai dahi dan ubun-ubun.

Dalam olah batin kita mengolah kemampuan batin, yaitu kekuatan dan kepekaan / ketajaman batin kita, kesatuan kesadaran (pancer) dan sedulur papat yang menyatu di dalam tubuh kita, yang menjadi bagian dari kebatinan kita. Di dalamnya terdapat olah rasa dan sugesti, firasat, olah kekuatan dan kepekaan kebatinan dan pengolahan ilmu-ilmu kebatinan.

Dalam olah sukma kita mengolah kemampuan sukma, yaitu khusus mengolah kemampuan sukma, tentang apa yang dapat dilakukan oleh sukma kita di dalam dan di luar tubuh kita (di alam gaib). Kekuatan sukma yang didapat dari hasil olah batin dan spiritual akan menentukan sejauh mana kemampuan yang dapat dilakukan oleh sukma tersebut.

Contoh-contoh ilmu dalam olah sukma :

### **1. Ilmu Terawangan Gaib.**

Terawangan Gaib adalah kemampuan untuk melihat secara gaib ke tempat-tempat yang jauh yang jaraknya tidak cukup jelas untuk dapat dilihat dengan mata kepala kita. Kemampuan melihat gaib menjadi dasar untuk ilmu terawangan gaib. Ilmu terawangan gaib ini bisa digunakan untuk melihat sosok-sosok gaib atau melihat suatu lokasi / objek tertentu, di tempat yang jauh.

Banyak orang yang mampu melihat gaib, tetapi tidak mengetahui prinsip cara kerjanya, sehingga seringkali terawangan gaib tidak dibedakan dengan kemampuan melihat gaib, sehingga oleh banyak orang seringkali dianggap sama, walaupun

sebenarnya berbeda. Kemampuan melihat gaib adalah dasar untuk terawangan gaib. Terawangan gaib adalah mendayagunakan kemampuan melihat gaib untuk dapat mendeteksi / melihat suatu objek di tempat yang jauh.

Kemampuan melihat gaib dapat dilakukan dengan 3 cara, yaitu melihat gaib dengan cakra mata ketiga, melihat secara batin dan melihat secara roh. Masing-masing cara melihat gaib ini memiliki kelemahan dan kelebihan sendiri-sendiri.

Masih ada satu cara lagi dalam melihat gaib, yaitu dengan bantuan khodam gaib atau sosok halus tertentu. Cara melihat gaib ini adalah dengan menerima penglihatan gaib, yaitu seseorang menerima suatu penglihatan gaib dengan cukup jelas tentang sosok-sosok gaib, atau tentang suatu objek di suatu tempat, atau tentang suatu kejadian pada masa lalu atau masa depan. Sosok gaib itu memberikan gambaran penglihatan gaib di dalam pikiran seseorang.

Penglihatan gaib ini diterima di dalam pikiran seseorang dari suatu khodam ilmu, khodam pendamping, atau sosok gaib tertentu yang berkenan kepadanya. Cara penglihatan gaib ini banyak dilakukan oleh peramal-peramal dalam meramalkan suatu kejadian, karena dengan cara ini ia dapat melihat suatu kejadian dengan cukup jelas di dalam pikirannya (orang Jawa sering menyebut ini sebagai kaweruh / wangsit / wahyu).

Kemampuan ini seringkali didapatkan sejak seseorang masih kecil, sehingga sering disebut "bakat bawaan lahir". Kondisi ini mirip seperti seseorang yang ketempelan gaib, yang tanpa belajar sebelumnya tetapi kemudian bisa mengobati orang atau bisa meramal. Kemampuan ini didapatkan tanpa belajar, tanpa usaha, tanpa perlu menjalankan suatu laku tirakat, dan bukan berasal dari kemampuannya sendiri, karena penglihatan itu diterimanya dari sosok gaib lain.

Tetapi kemampuan melihat gaib dengan menerima penglihatan gaib bisa juga dipelajari. Ada banyak amalan ilmu gaib yang tujuannya khusus untuk kemampuan melihat gaib, mendatangkan penglihatan gaib, atau menggerakkan khodam ilmu / pendamping untuk memberikan penglihatan gaib atau untuk merogoh sukma.

Proses yang umum adalah dengan cara "pengisian ilmu" (dijazahkan). Biasanya sesosok mahluk halus disatukan dengan seorang murid dengan cara memberikan air minum yang dibumbui minyak dan mantra, rajah gaib, atau media spiritual lainnya. Selain itu bisa juga sesosok gaib membawa roh seseorang keluar dari tubuhnya untuk melihat-lihat alam gaib.

Jadi dengan bantuan khodam gaib atau sosok halus tertentu seseorang bisa melihat gaib dengan cara :

1. Sosok gaib itu memberikan gambaran penglihatan gaib di dalam pikirannya.
2. Sosok gaib itu membawa rohnya keluar dari tubuhnya untuk melihat alam gaib.
3. Dengan membacakan amalan gaib untuk melihat gaib atau untuk merogoh sukma.

Kelemahan melihat gaib dengan menggunakan suatu khodam gaib adalah bahwa kondisi alam gaib yang dilihat oleh si manusia bisa jadi adalah kejadian yang sebenarnya, tetapi kadangkala juga palsu, karena apa yang dilihatnya adalah gambaran gaib yang diberikan oleh si khodam gaib, yaitu gambaran gaib yang si khodam ingin supaya si manusia melihatnya, yang kadangkala bukan kondisi alam gaib yang sesungguhnya.

### **1. Melihat gaib dengan cakra mata ketiga.**

Melihat gaib dengan cakra mata ketiga adalah melihat gaib dengan mendayagunakan kemampuan gaib dari cakra energi yang ada di dahi, di antara 2 alis mata. Tetapi yang tidak disadari oleh banyak orang adalah pada saat seseorang

melihat gaib dengan cakra mata ketiga ini, roh sedulur papatnya bergerak keluar dari tubuhnya (pergerakannya tidak disengaja dan tidak disadari).

Bila digunakan untuk melihat jauh, maka roh sedulur papatnya keluar mendatangi objek sasaran yang ingin dilihat, kemudian mengirimkan gambarnya kepada roh pancer di dalam tubuh (kesadaran / pikiran) melalui jalur energi cakra mata ketiga, sehingga seseorang akan "merasa" dapat melihat gaib secara langsung. Dengan kata lain, apa yang dilihat oleh roh sedulur papatnya itu disampaikan kepada pancernya, melalui jalur energi cakra mata ketiga, sehingga pancernya dapat ikut melihatnya, sehingga seseorang akan "merasa" dapat melihat gaib secara langsung dan secara sadar.

Kemampuan melihat gaib dengan mata ketiga kuncinya adalah adanya ikatan kuat dan komunikasi antara sedulur papat yang berada diluar tubuh dengan sukma di dalam tubuh, melalui jalur komunikasi cakra energi mata ketiga.

Pada saat seseorang melihat gaib dengan cakra mata ketiga ini, roh sedulur papatnya bergerak keluar dari tubuhnya. Jadi yang melihat gaib adalah sedulur papatnya, yang keluar dari tubuhnya, yang kemudian mengirimkan gambaran penglihatannya kepada sukma di dalam tubuh melalui jalur komunikasi cakra energi mata ketiga.

Kemampuan melihat gaib ini tidak begitu saja secara otomatis terjadi pada orang yang telah terbuka cakra energi mata ketiganya, misalnya yang dibuka dengan olah tenaga dalam / prana / kundalini. Cakra-cakra energi tubuh yang dibuka untuk tujuan pengolahan energi tubuh tidak langsung berhubungan dengan alam gaib dan kegaiban. Untuk dapat melihat gaib harus ada pergerakan sukma, walaupun pergerakan itu seringkali terjadi tidak disadari dan tidak disengaja. Untuk keperluan melihat gaib, maka cakra-cakra tersebut harus dibuka khusus untuk tujuan kegaiban, bukan untuk tujuan pengolahan energi tubuh. Dengan telah terbukanya cakra energi di dahi mempermudah "jalur komunikasi" antara sedulur papat di luar tubuh dengan sukma di dalam tubuh.

Kemampuan seseorang yang dapat melihat gaib melalui cakra mata ketiga merupakan suatu kelebihan dibandingkan orang lain yang tidak mampu melakukannya, tetapi dari sisi keilmuan gaib, kemampuan itu juga masih mempunyai kelemahan.

Walaupun dengan kemampuan melihat gaib melalui cakra mata ketiga orang merasa dapat melihat gaib secara langsung dengan cukup jelas, tetapi seringkali kemampuan melihat dengan cara ini hanya dapat untuk melihat kegaiban tingkat rendah saja. Cakra mata ketiga merupakan bagian dari fisik manusia yang kekuatannya terbatas, dan kemampuan melihat gaib dengan cakra mata ketiga tersebut sangat bergantung pada kekuatan energi cakranya. Dan setelah dapat melihat gaib, biasanya seseorang sudah merasa puas, energi kekuatan cakra mata ketiganya tidak ditingkatkan kualitasnya, sukmanya sendiri (roh pancer dan sedulur papatnya) juga tidak diolah untuk memiliki kekuatan gaib yang tinggi, kepekaan batinnya juga tidak dilatih supaya lebih tajam, sehingga seringkali kemampuan ini hanya dapat digunakan untuk melihat / mendeteksi keberadaan gaib yang berdimensi rendah saja, dan tidak dapat melihat / mendeteksi keberadaan gaib yang berdimensi tinggi.

Melihat gaib melalui cakra mata ketiga mengharuskan adanya komunikasi antara roh sedulur papat dengan roh pancer. Dengan demikian seseorang harus melakukannya dengan konsentrasi khusus (dan seringkali juga akan melelahkan pikiran). Kualitas penglihatan gaibnya tergantung juga pada kemampuannya membaca gambaran gaib yang dikirimkan oleh roh sedulur papatnya yang mengalir di pikirannya.

Ketergantungan pada kemampuan melihat gaib itu juga akan menyebabkan seseorang menjadi tidak peka batinnya, tidak dapat mendeteksi kegaiban di lingkungannya berada, tidak bisa mengedepankan "rasa". Orang-orang yang peka rasa batinnya akan dapat merasakan suasana gaib di lingkungannya berada, tetapi orang-orang yang terbiasa melihat gaib dengan mata ketiga seringkali tidak dapat merasakan suasana gaib di lingkungannya, kecuali mereka melihat sosok-sosok gaibnya, dan seringkali juga tidak mengetahui kesejatan dari apa yang dilihatnya, sehingga seringkali orang-orang tersebut tertipu dengan penglihatannya, dan mereka akan memberikan cerita-cerita penjelasan kepada orang lain yang awam yang tidak sesuai dengan hakekat kesejatan dari apa yang dilihatnya, ceritanya akan bersifat dogma dan pengkultusan.

Kelemahan lainnya, orang-orang yang memiliki kemampuan melihat gaib seperti di atas seringkali tidak dapat mengendalikan penglihatannya, mata ketiganya terus terbuka dan terus melihat gaib, walaupun tidak sedang ingin melihat gaib.

Pada orang-orang tersebut, kelemahan lainnya adalah jika kekuatan sukma dan penyatuan antar sukma belum cukup kuat. Misalnya saja dalam kondisi tidur dan bermimpi, diluar kontrolnya roh sedulur papatnya pergi keluar dari tubuhnya, suatu saat akan dapat menjadi musibah jika roh sedulur papatnya ditangkap oleh roh halus lain. Akibatnya, orang tersebut akan dapat menjadi lemah ingatan, lupa ingatan, lemah tubuhnya dan sakit-sakitan, bengong melamun tak sadarkan diri, dsb.

Pada masa sekarang ini sangat jarang ada orang yang dapat melihat gaib dengan mata ketiga. Kebanyakan mereka melakukannya dengan melihat gaib secara batin, termasuk para praktisi paranormal dan praktisi ilmu gaib yang sering muncul di TV. Sebenarnya yang mereka lihat awalnya juga hanya sekelebatan bayangan saja, tidak sempurna, sehingga pengetahuan mereka tentang alam gaib juga terbatas, tetapi dengan mempertunjukkan keilmuan gaibnya yang lain mereka tampak seolah-olah benar mumpuni dalam hal melihat gaib. Tetapi kemampuan tersebut pada sebagian dari mereka memang sudah dilatih, sehingga penglihatan mereka dapat lebih tajam dan lebih jelas, bukan hanya melihat sekelebatan bayangan saja.

Pada masa sekarang ini kemampuan melihat gaib dengan cakra mata ketiga lebih banyak dimiliki oleh orang-orang yang bisa melihat gaib sejak kecil, merupakan kemampuan yang terjadi secara alami.

## **2. Melihat secara batin.**

Melihat gaib secara batin berbeda dengan melihat gaib melalui cakra mata ketiga.

Melihat gaib secara batin adalah melihat gaib dengan mengandalkan ketajaman / kepekaan rasa dan batin (ketajaman indera keenam) dan sedulur papatnya tidak bergerak keluar tubuh, biasanya cakra mata ketiganya juga belum terbuka.

Dengan cara ini yang melihat gaib bukanlah mata dan kesadaran kita, tetapi adalah kepekaan batin kita yang mampu mendeteksi keberadaan suatu gaib di sekitar kita. Kalau tidak kuat lama berfokus pada kepekaan batin, seringkali gambaran gaib yang tertangkap hanya sekelebatan-sekelebatan bayangan saja, dan untuk mendapatkan informasi gambaran yang lengkap akan banyak mengandalkan bisikan wangsit atau ilham dari roh sedulur papat.

Melihat secara batin ini biasanya terjadi pada orang-orang yang peka / tajam batinnya, atau pada orang-orang yang mendalami penghayatan kebatinan atau ilmu-ilmu batin. Orang-orang yang menekuni suatu kebatinan tertentu biasanya memiliki batin yang peka, kuat dan tajam, dan memiliki kedekatan dengan roh sedulur papatnya, sehingga orang-orang tersebut dapat mengerti tentang kegaiban, rasa

dan firasat. Kepekaan dan ketajaman batin (indera keenam) mereka tidak semata-mata dimaksudkan untuk melihat gaib, tetapi bersifat umum dalam segala bidang. Kepekaan dan ketajaman batin mereka biasanya digunakan untuk peka rasa terhadap suasana gaib di sekitar tempat mereka berada dan berkomunikasi dengan para makhluk gaib yang ada. Komunikasi dengan roh-roh lain (juga dengan roh sedulur papatnya) dilakukan secara kontak batin atau kontak rasa, bukan melalui jalur komunikasi cakra mata ketiga, sehingga tidak harus melakukannya dengan konsentrasi khusus melihat gaib.

Kepekaan dan ketajaman batin mereka biasanya bukan hanya dapat untuk mendeteksi keberadaan sosok makhluk gaib, tetapi juga peka untuk merasakan tanda-tanda alam beserta kegaiban di dalamnya, peka rasa untuk menilai kepribadian orang lain, peka rasa tentang suatu kejadian yang akan terjadi (weruh sak durunge winarah) dan sering mendapatkan ilham / wangsit tentang suatu kejadian tertentu yang akan terjadi. Kepekaan dan ketajaman batin mereka itu juga dapat untuk mengetahui kegaiban tingkat tinggi, tergantung pencapaian masing-masing orang. Bukan sekedar untuk melihat gaib, kepekaan rasa yang disatukan dengan kekuatan kebatinan juga menjadi kekuatan mereka untuk mengusir roh-roh halus atau untuk menjadikan suatu kejadian gaib.

Jadi kemampuan mereka melihat gaib tergantung pada kepekaan rasa dan batin mereka untuk menangkap getaran-getaran kegaiban dan menangkap sinyal gaib dari roh sedulur papatnya, tingkat kesatuan sukmanya dan kekuatan sukmanya. Melihat gaib secara batin tidak mengharuskan adanya komunikasi antar roh melalui cakra energi mata ketiga. Justru disitu kelebihanannya, yaitu tidak bergantung pada adanya komunikasi antar roh, tidak bergantung pada cakra energi mata ketiga, dan tidak harus dilakukan dengan konsentrasi khusus.

Bila kepekaan batin kuat, orang akan mudah untuk merasakan suasana gaib di lingkungannya berada, mudah untuk menerima sinyal dari sedulur papatnya yang dapat berupa firasat, ilham, tanda-tanda petunjuk, rasa / feeling / intuisi, dan penglihatan / gambaran-gambaran gaib, dsb.

Bila tingkat kesatuan antara sedulur papat dengan kesadaran / pancer-nya lemah, gambaran gaib yang diterimanya hanya akan berupa sekelebatan-sekelebatan bayangan saja, tidak jelas, dan untuk mendapatkan informasi gambaran yang lengkap akan banyak mengandalkan bisikan wangsit / ilham. Tetapi bila tingkat kesatuan antara sedulur papat dengan kesadaran / pancer-nya kuat, dan memiliki kemampuan yang baik untuk fokus dengan kepekaan batinnya (tidak dengan pikirannya), gambaran-gambaran gaib itu dapat diperjelas dan dapat diikuti gerakannya.

Kelemahan melihat gaib secara batin adalah sifat penglihatannya yang tidak langsung, dan seringkali dialami oleh para pemula, penglihatannya hanya bisa dibatin saja, mengawang-awang, hanya sekelebatan saja, tidak bisa dipastikan apakah yang dilihatnya itu sungguh atau hanya halusinasi saja. Kelemahan ini bisa diatasi kalau saja kita dapat berinteraksi langsung secara energi dengan sosok-sosok gaib yang kita lihat, seperti dengan cara-cara olah energi dan olah rasa, sehingga kita dapat memastikan bahwa sosok itu benar ada di tempat keberadaannya yang kita lihat.

Untuk keperluan itu sebaiknya kita melatih olah rasa dan olah energi, dengan latihan tenaga dalam murni atau meditasi energi, atau cara-cara kebatinan yang ada. Satu hal yang perlu diperhatikan, gunakan selalu sebelumnya untuk pagaran diri, dan jika

naluri anda merasakan hal berbahaya, sebaiknya jangan diteruskan. Lebih baik : sama-sama selamat.

Pada orang-orang kebatinan jaman dulu, kekuatan kegaiban batin dan sukma mereka bisa disatukan dengan alam gaib (secara kebatinan mereka "masuk" ke alam gaib) untuk digunakan merasakan suasana gaib di lingkungan mereka berada dan untuk mengendalikan kegaiban di sekitar mereka, untuk mengusir / menyerang / menarik / menundukkan atau untuk berkomunikasi dengan sosok-sosok gaib tertentu, sehingga kelemahan melihat gaib secara batin itu tidak berlaku bagi mereka. Kelemahan itu hanya terjadi pada orang-orang yang hanya mengandalkan kepekaan rasa dan batin saja, dan tidak mempunyai kemampuan lain yang lebih daripada itu, yang tidak mempunyai kemampuan untuk "bermain" di alam roh.

Sekalipun melihat gaib dengan mengandalkan kepekaan rasa oleh para pemula seringkali dianggap sebagai suatu kelemahan, tetapi sebenarnya disitulah kelebihanannya, karena itu akan menjadi dasar untuk ditingkatkan pada kemampuan yang lebih tinggi. Kelemahan ini bisa diatasi dengan berinteraksi langsung secara energi dengan sosok-sosok gaib yang kita lihat, seperti dengan cara-cara olah energi dan olah rasa, sehingga kita dapat memastikan bahwa sosok itu benar ada di tempat keberadaannya yang kita lihat. Dengan peka rasa seseorang bisa merasakan suasana gaib di sekitarnya dan bisa semakin "masuk" ke dalam kegaiban yang ditemuinya. Dan dengan mengandalkan kekuatan kebatinannya seseorang akan dapat "bermain", bertarung, dan berkuasa di alam gaib. Sambil berkonsentrasi peka rasa tersebut, seseorang juga bisa mengetrapkan ilmu merogoh sukma tanpa perlu amalan gaib, rohnya keluar dari tubuhnya dan masuk ke alam roh (tetapi sebaiknya jangan melakukan merogoh sukma tanpa adanya pembimbingan dan pendampingan dari guru yang benar mengerti keilmuannya). Pada orang-orang yang tekun mendalami kebatinan / spiritual dan tapa brata, peka *rasa* dan batin, *weruh sak durunge winarah*, melihat gaib, terawangan gaib, *melolos sukma*, *medhar sukma*, dsb, biasanya merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kegaiban sukma mereka, merupakan kemampuan gaib yang menyatu dengan diri mereka, menjadikan mereka orang-orang yang *linuwih* dan *waskita*. Biasanya kemampuan atas ilmu-ilmu tersebut tidak secara khusus dipelajari, tetapi terjadi dengan sendirinya sebagai bagian dari kegaiban sukma mereka, sebagai efek dari ketekunan penghayatan kebatinan / spiritual dan tapa brata mereka.

Selain menjadi mumpuni dalam kesaktian fisik dan kebatinan, kegaiban sukma mereka juga menjadikan mereka mengerti dunia kegaiban tingkat tinggi, mahluk-mahluk halus tingkat tinggi, dewa dan wahyu dewa, dan *weruh sak durunge winarah*, dan kekuatan gaib sukma mereka menjadikan mereka berkuasa di alam gaib, mengalahkan kekuasaan roh-roh dan mahluk halus tingkat tinggi sekalipun, dan mereka juga berkuasa menciptakan kegaiban-kegaiban, tanpa perlu amalan gaib.

### **3. Melihat secara roh.**

Pada tahapan dasar, melihat secara roh akan sama dengan melihat secara batin. Tetapi pada tingkatan yang lebih tinggi, melihat secara roh akan dapat mirip dengan melihat dengan cakra mata ketiga, yaitu sedulur papatnya bergerak keluar tubuh. Pada penguasaan tingkat lanjut, seseorang juga bisa mengetrapkan ilmu *medhar sukma* dalam kehidupannya sehari-hari, sehingga apa saja yang dialami dan dilihat oleh sukmanya itu, dia juga dapat mengetahuinya, tetapi kebanyakan orang yang

menguasai ilmu *medhar sukma* tidak berasal dari pengembangan melihat secara roh, tetapi dari ilmu gaib atau ilmu kebatinan.

Pada tahapan dasar, melihat secara roh akan sama dengan melihat secara batin. Kalau tidak kuat lama berfokus pada kepekaan batin, seringkali yang kelihatan hanya sekelebatan-sekelebatan bayangan saja, dan untuk mendapatkan informasi gambaran yang lengkap banyak mengandalkan bisikan wangsit / ilham. Jadi melihat secara batin dapat menjadi dasar untuk dikembangkan menjadi melihat secara roh. Pada tingkatan yang tinggi, melihat secara roh akan mirip dengan melihat dengan cakra mata ketiga, yaitu sedulur papatnya bergerak keluar tubuh. Tetapi ada perbedaannya, yaitu melihat secara roh tidak mengharuskan adanya komunikasi antar roh melalui cakra energi mata ketiga, tetapi dilakukan secara kontak batin. Justru disitu kelebihanannya, yaitu tidak bergantung pada cakra energi mata ketiga. Masing-masing roh dapat berinteraksi saling memberikan penglihatan gaib dan dapat juga berdiri sendiri-sendiri. Dengan melihat secara roh, seseorang dapat melihat gaib dengan roh Pancer-nya saja, atau dengan menerima penglihatan gaib dari roh sedulur papatnya, atau kedua-duanya. Melihat secara roh memiliki peluang yang lebih luas untuk dikembangkan.

1. Dengan melihat secara roh, seseorang dapat melihat gaib dengan roh Pancer-nya saja. Ketika seseorang ingin melihat sesuatu secara langsung, atau ketika roh sedulur papatnya pergi jauh ke suatu tempat tertentu, seseorang tetap bisa melihat gaib dengan roh Pancernya di dalam tubuh (melihat dengan sadar), tidak perlu menunggu adanya pemberitahuan penglihatan atau komunikasi dengan roh sedulur papatnya.

2. Dengan melihat secara roh, seseorang juga dapat melihat gaib dengan cara menerima penglihatan dari roh sedulur papatnya. Roh sedulur papat kita itu bisa pergi kemana saja yang kita inginkan. Dengan menerima penglihatan dari roh sedulur papat, maka apa yang dilihat oleh mereka, kita juga bisa melihatnya, apa yang dialami oleh mereka, kita juga bisa merasakannya. Komunikasi dengan roh sedulur papat dilakukan secara kontak batin atau kontak rasa, bukan melalui jalur komunikasi cakra mata ketiga, sehingga tidak harus melakukannya dengan konsentrasi khusus melihat gaib, dan bisa dilakukan sambil tetap sadar dan bekerja, sambil menyeting mobil atau melakukan aktivitas lain.

3. Dengan melihat secara roh, seseorang dapat melihat gaib dengan roh Pancer-nya (kesadarannya), sambil sekaligus menerima penglihatan gaib dari roh sedulur papatnya, seolah-olah roh sedulur papatnya itu adalah pribadi lain yang tidak terkait dengan dirinya. Masing-masing roh dapat saling memberikan penglihatan gaib dan dapat saling berkomunikasi / bertukar pikiran seolah-olah mereka adalah pribadi yang berdiri sendiri-sendiri.

Dalam hal ini penerapan melihat secara roh akan sama dengan penerapan ilmu *medhar sukma*, yaitu rohnya dapat dengan sengaja dipecah, sehingga roh sedulur papatnya dapat terpisah keluar dari tubuhnya, terpisah dari Pancer, dapat dipecah menjadi 2, menjadi 3 atau menjadi 4.

Bila orang tersebut juga menguasai ilmu *merogoh sukma* dan *medhar sukma*, maka ketika sukmanya keluar dari raganya, sukma itu dapat dipecah menjadi 5 roh yang wujudnya mirip dan serupa, yaitu 1 roh pancer dan 4 roh sedulur papat (roh pancer akan tampak lebih tebal dan jelas, sedangkan roh sedulur papat lebih tipis transparan).

Dengan demikian, dengan cara kombinasi penglihatan di atas, seseorang dapat melihat banyak hal sekaligus. Atau bila difokuskan pada satu objek tertentu, seseorang akan dapat melihat dari banyak sisi dan akan memiliki pengetahuan lebih

banyak, karena apa yang dilihatnya adalah penglihatannya sendiri ditambah penglihatan-penglihatan dari para roh sedulur papatnya.

Masing-masing roh itu akan dapat berperan seolah-olah mereka adalah roh-roh yang berdiri sendiri-sendiri, sehingga antara mereka masing-masing dapat berkomunikasi dan bertukar pikiran, dan masing-masing dapat saling menceritakan apa yang dilihatnya dari sudut pandang penglihatannya masing-masing.

Bila penglihatan itu difokuskan pada satu objek tertentu, maka yang dilihatnya adalah penglihatannya sendiri (pancer) ditambah dengan apa yang dilihat oleh para sedulur papatnya. Pengetahuan yang didapatkan dari penglihatan itu adalah pengetahuan dari kesadarannya sendiri ditambah pengetahuan dari para sedulur papatnya. Dalam hal ini, bila penglihatan gaib itu difokuskan pada satu objek tertentu, maka pengetahuan penglihatan yang didapatkan akan sama seperti penglihatan dari 5 orang yang berbeda terhadap satu objek.

Pada tingkatan yang tinggi, kekuatan roh dan ketajaman penglihatan gaib masing-masing roh juga dapat digabungkan / disatukan, sehingga kekuatan rohnya, dan ketajaman / kemampuannya melihat gaib akan menjadi berlipat-lipat, berguna sekali untuk menghadapi kekuatan gaib yang tinggi dan untuk mengetahui kegaiban yang berdimensi tinggi.

Melihat secara roh ini akan dapat menjadi penglihatan spiritual dan akan mendatangkan pengetahuan spiritual. Cakra yang bekerja adalah cakra di ubun-ubun dan cakra mahkota. Bila cara ini ditekuni akan bisa mengantarkan seseorang ke tingkatan spiritual yang tidak terhingga dan bisa sampai pada pengetahuan gaib berdimensi tinggi, kemampuan-kemampuan yang akan sulit sekali dicapai oleh manusia umum.

Roh para sedulur papat itu dapat berperan sebagai pribadi tersendiri yang bisa diajak berpikir dan berkomunikasi, dan karenanya mereka dapat berperan sebagai guru sejati yang mengajarkan dan memberitahukan banyak hal kepadanya.

Komunikasi antara pancener (kesadaran) dengan roh sedulur papat itu terjadi secara kontak batin, atau sebagai ilham yang mengalir di dalam pikiran, atau sama dengan komunikasi seseorang dengan khodam pendampingnya atau seperti komunikasi dengan sosok roh lain.

Cara melihat secara roh ini juga dapat digunakan dengan cara meminjam / melihat apa yang dilihat oleh sukma orang lain. Misalnya kita ingin mengetahui apa yang ada di rumah seseorang, maka kita secara roh menyelaraskan frekuensi dengan sukma orang si pemilik rumah, sehingga apa yang diketahui oleh orang tersebut (sukmanya), kita juga dapat mengetahuinya (cara ini biasanya dilakukan orang bukan dengan cara melihat secara roh, tetapi dengan menerima penglihatan gaib dari khodam ilmu / pendampingnya).

Cara melihat gaib ini disebut melihat gaib secara roh, karena seseorang yang melakukan cara ini, sebenarnya yang melihat gaib adalah rohnya, bukan kesadaran atau mata kepalanya. Itulah sebabnya pada awalnya, pada tingkatan dasar, seseorang akan bingung apakah penglihatan itu sungguh atau halusinasi, karena dengan matanya seseorang tidak bisa melihat gaib, tetapi bayangan sosok gaib itu ada mengalir di dalam pikirannya. Cara membuktikan itu halusinasi atau bukan adalah dengan mencocokkan penglihatannya dengan orang lain yang bisa melihat gaib.

Bila kekuatan sukma seseorang (kesatuan roh pancener dan sedulur papat) sudah cukup kuat, maka keberadaan roh sedulur papat dapat menjadi perisainya yang melindunginya dari gangguan dan serangan makhluk halus dan dapat juga digunakan

mengusir suatu sosok makhluk halus tertentu tanpa seseorang harus bergerak secara fisik.

Rahasia kemampuan melihat gaib bukan pada telah terbukanya cakra-cakra tubuh, tetapi dengan telah terbukanya cakra-cakra tubuh akan mempermudah melihat gaib. Kemampuan melihat gaib ini tidak begitu saja secara otomatis terjadi pada orang yang telah terbuka cakra mata ketiganya atau cakra di ubun-ubun kepala atau cakra mahkota, misalnya yang dibuka dengan olah tenaga dalam / prana atau kundalini. Untuk keperluan melihat gaib, cakra-cakra itu harus dibuka untuk tujuan melihat gaib, bukan untuk tujuan pengolahan energi. Pembukaan cakra-cakra itu harus dengan sugesti menggerakkan sukma. Kemampuan melihat gaib tidak dilakukan dengan membuka dan mengolah cakra-cakra tubuh dengan cara yang sama dengan tujuan olah energi, tetapi harus dilatih untuk kepekaan dan ketajaman rasa / batin. Dengan telah terbukanya cakra mata ketiga dan cakra di ubun-ubun kepala akan mempermudah "jalur komunikasi" antara sedulur papat di luar tubuh dengan sukma di dalam tubuh.

Rahasia kemampuan melihat gaib ada pada tingkat kepekaan batin dan kesatuan antara kesadaran (pancer) dan para sedulur papat dan komunikasinya. Pergerakan para sedulur papat ini tidak banyak diketahui orang, karena walaupun banyak orang dapat melihat gaib, tetapi jarang sekali yang dapat melihat roh sedulur papat, karena dimensinya lebih halus dan lebih sulit dilihat daripada kuntilanak, gondorowo atau dedemit lainnya atau roh-roh halus tingkat rendah lainnya yang biasa dilihat orang. Kekuatan batin / sukma dan kepekaan rasa menentukan tingkatan dimensi gaib yang bisa dideteksi. Semakin peka batinnya dan kuat sukmanya, semakin tinggi tingkatan dimensi gaib yang bisa dideteksinya.

Melihat gaib dengan mata ketiga biasanya hanya dapat untuk melihat makhluk gaib tingkat rendah dan yang jaraknya tidak jauh. Bila sukmanya dan energi cakra mata ketiganya kurang kuat, maka bila digunakan untuk melihat jauh, yang dilihatnya hanya samar-samar saja.

Melihat secara batin dapat digunakan untuk mendeteksi tingkatan dimensi gaib rendah sampai menengah. Tetapi bila kepekaan dan sukmanya kuat akan dapat juga mendeteksi dan berhadapan dengan makhluk gaib kelas atas.

Melihat secara roh dapat untuk mengetahui keberadaan makhluk halus tingkat rendah sampai yang berdimensi tinggi, juga bisa untuk mendapatkan pengetahuan gaib berdimensi tinggi. Pengetahuan gaib yang didapatkan bukan hanya tentang kegaiban biasa, tetapi juga akan mengarah pada dunia spiritual dan ketuhanan.

Kalau terbiasa mengasah kepekaan rasa, biasanya sukma kita juga akan bekerja, sehingga kita dapat mendeteksi keberadaan sesuatu gaib dan juga bisa terbayang sosoknya seperti apa. Kalau kita bisa fokus kuat dan lama pada kepekaan rasa, maka gambaran yang kita terima juga akan jelas. Dengan cara ini kita menjalin komunikasi dengan sukma kita, sehingga pemberitahuan dari mereka berupa ilham dan gambaran gaib bisa kita terima dengan baik sinyalnya di dalam pikiran kita dan kemampuan ini akan sama dengan melihat secara batin.

Bila kemampuan melihat secara batin dan roh digunakan untuk menerawang tempat atau objek yang jauh, biasanya cakra energi di ubun-ubun kepala dan cakra mahkota akan terbuka sedikit demi sedikit dan energinya menguat. Bila terlalu dipaksakan maka akan cepat lelah pikirannya. Tetapi bila sudah terbiasa, maka sukmanya dan energi cakra di kepalanya akan kuat dan akan mampu juga melihat dimensi gaib tingkat tinggi. Selain itu, sukmanya juga akan meningkat kekuatannya

dan memiliki kekuatan batin / roh yang tajam yang bisa digunakan melalui desakan nafas, sorot mata atau pikiran untuk menyerang / mengusir makhluk halus.

Catatan:

Prinsip dasar melihat gaib adalah kepekaan batin dan rasa untuk menangkap sinyal berupa gambaran gaib yang dikirimkan oleh sukma / roh kita dalam bentuk ilham / bayangan penglihatan yang mengalir di pikiran kita. Dalam hal ini konsentrasinya ada pada permainan batin, bukan pikiran. Kalau setelah kita menerima gambaran gaib itu kemudian kita memperjelas gambarannya dengan berpikir, biasanya kemudian gambaran itu akan hilang. Karena itu tetaplah fokus pada batin, bukan pikiran. Biarkan gambarannya terus mengalir terbayang dalam pikiran kita dan kita usahakan bisa lama berkonsentrasi batin seperti itu, jangan terus beralih menggunakan pikiran (istirahatkan pikiran, batin yang bekerja). Dalam hal ini kita tidak mengedepankan nalar / pikiran, tetapi penerimaan batin, sesudah itu barulah dinalar dengan pikiran.

Sebagai penjelasan, manusia terdiri dari 2 unsur pokok, yaitu tubuh biologis dan roh. Roh manusia terbagi menjadi 2, yaitu roh Pancer dan roh Sedulur Papat. Roh Sedulur Papat mendampingi Pancer, karena ada ikatan kuat di antara mereka. Tetapi mereka tidak sungguh-sungguh menyatu, mereka terpisah (kecuali setelah si manusia meninggal dan rohnya menyatu menjadi arwah).

Dalam kehidupan sehari-hari, roh manusia ada di dalam tubuh biologisnya. Roh itu menentukan ada tidaknya energi kehidupan di dalam tubuh manusia. Roh itu juga menentukan berfungsinya bagian-bagian tubuh manusia, organ-organ dan saraf, dan otak / pikiran manusia, dan menghidupkan saraf-saraf motorik sehingga manusia bisa berjalan. Roh menjadi penunjang kehidupan manusia.

Roh Pancer hadir secara biologis manusia. Berpikir dan berperasaan, berlogika, merencanakan kehidupan, merasa lapar, merasa sakit, ingin kaya, ingin hidup mulia, dsb, semuanya adalah aktivitas biologis manusia. Dalam hal ini Roh Pancer manusia hadir dan bertindak sebagai makhluk biologis.

Roh Pancer hadir di dalam kesadaran, hati dan pikiran, sehingga yang berperan dalam keseharian manusia adalah Roh Pancer. Roh Sedulur Papat bersifat mendampingi dan membantu membentuk kebijaksanaan dan memberikan peringatan-peringatan (dalam bentuk ide dan ilham dan bisikan hati / nurani).

Roh Pancer hadir di dalam kesadaran dan berpikir manusia, tetapi roh sedulur papat tidak menentukan jalan berpikir manusia. Roh sedulur papat tidak menyatu dengan pikiran manusia, tetapi hanya bersifat membantu membentuk kebijaksanaan dan memberikan peringatan-peringatan, dalam bentuk rasa dan firasat, gambaran-gambaran gaib, ide-ide dan ilham, yang mengalir di dalam pikiran manusia.

Seseorang yang dalam hidupnya dominan mengutamakan sikap berpikarnya atau sok berlogika, menonjolkan kepintarannya, mengutamakan pendapat sendiri dan ke-Aku-an dan dogma / doktrin, atau tidak peduli situasi, dan mengesampingkan bisikan hati dan kebijaksanaan, maka dia lebih mengutamakan aspek biologisnya, aspek manusia keduniawiannya, sehingga tidak peka terhadap sesuatu yang bersifat roh, rasa dan firasat. Tetapi seseorang yang selalu peka batin, memperhatikan rasa dan firasat, dia akan tajam nalurnya, dan mungkin juga mengerti tentang kegaiban alam, karena dia kental berhubungan dengan rohnya.

Roh kita sebagai Pancer, sebenarnya juga bersifat roh, sehingga juga dapat mengetahui hal-hal yang bersifat roh. Tetapi secara duniawi roh Pancer ini terbelenggu dalam kehidupan biologis manusia, sehingga manusia tidak peka

dengan hal-hal yang bersifat roh. Karena itu seringkali seseorang harus bisa membersihkan hati, pikiran dan batinnya, harus bisa melepaskan belenggu keduniawiannya, untuk bisa mendalami hal-hal yang bersifat roh dan keTuhanan. Bila kita dekat dengan para Sedulur Papat, karena keberadaan mereka mendampingi Pancer, maka mungkin kita juga akan dapat mengetahui keberadaan roh-roh lain dan dapat juga mengetahui sesuatu kejadian sebelum kejadiannya terjadi (weruh sakdurunge winarah) melalui pemberitahuan dari mereka sebelumnya. Pemberitahuan / peringatan dari para Sedulur Papat ini bisa berupa suatu kejadian perlambang, penglihatan gaib, wangsit / bisikan gaib, mimpi, rasa, firasat, ide-ide dan ilham, dsb. Diperlukan suatu kepekaan rasa dan batin untuk dapat menangkap sinyal komunikasi dari para Sedulur Papat dan untuk mengetahui maksudnya.

## **2. Ilmu Merogoh Sukma atau Melolos Sukma.**

Dengan ilmu ini keseluruhan sukma / roh kita dapat pergi keluar dari raga kita. Jadi secara sadar kita bisa keluar dari badan kita, pergi mendatangi tempat yang jauh atau melihat dunia gaib beserta sosok-sosok penghuninya, atau bertarung secara roh dengan makhluk halus lain. Misalnya badan kita ada di rumah, sedangkan kita (roh) pergi jauh ke tempat lain. Badan yang kita tinggalkan akan tampak seperti badan orang yang sedang tidur atau mati suri.

Kelemahan ilmu ini adalah kita tidak boleh berlama-lama keluar dari badan kita. Roh manusia atau sukma adalah penentu adanya energi kehidupan di dalam tubuh manusia. Jangan sampai karena roh kita kelamaan keluar dari raga kita, maka energi kehidupan di dalam raga itu menjadi mati.

Kelemahan lainnya adalah pada saat kita merogoh sukma, badan kita tidak boleh disentuh atau dikagetkan atau dibangunkan oleh orang lain yang tidak tahu kalau kita sedang merogoh sukma. Bila hal itu terjadi, maka mungkin kemudian penyatuan sukma kita dengan badan kita tidak sempurna (bisa lemah tubuhnya, atau lemah ingatannya atau terganggu jiwanya).

Karena itu, seringkali orang yang akan menjalankan ilmu ini akan mengunci diri di dalam kamar tertutup, atau menyepi di goa / tempat yang sepi tidak berpenghuni, supaya tidak ada yang mengganggu. Dan di alam gaib, sukmanya tidak boleh sampai ditahan atau ditangkap oleh sosok gaib lain untuk waktu yang lama. Jika itu terjadi, maka sukmanya tidak dapat kembali lagi menyatu dengan raganya, karena raga itu sudah mati.

Roh / Sukma adalah penentu adanya energi kehidupan di tubuh manusia.

Seseorang yang sedang merogoh sukma tidak boleh terlalu lama rohnya keluar dari tubuhnya, jangan sampai ketika ia kembali ternyata tubuhnya telah mati (karena energi kehidupannya telah mati).

Jadi kalau seseorang keasyikan berada di alam roh atau rohnya ada yang menahan sehingga tidak dapat segera kembali ke tubuhnya, sehingga menjadi terlalu lama rohnya berada di luar tubuhnya, mungkin dia tidak akan bisa kembali lagi ke tubuhnya, karena bisa jadi energi kehidupan di tubuhnya telah mati.

Pada saat seseorang merogoh sukma ada garis sinar putih keperakan yang menghubungkan pusat tubuhnya dengan pusat di tubuh rohnya. Kekuatan sukma menentukan tebal tipisnya garis sinar itu. Semakin lama rohnya berada di luar tubuhnya, sinar keperakan itu akan semakin memudar. Ketika sinar itu sudah semakin memudar / menipis, itulah tanda bahwa roh orang itu harus secepatnya

kembali ke tubuhnya. Kalau kemudian sinar itu sirna / hilang, maka putuslah hubungan kehidupan rohnya dengan tubuhnya.

Pada jaman dulu seseorang yang menekuni dan mendalami kebatinan biasanya akan memiliki kegaiban dan kekuatan batin yang tinggi, yang berasal dari keyakinan batin dan keselarasan dengan ke-maha-kuasa-an Tuhan. Banyak di antara mereka yang memiliki kegaiban tinggi dan menjadi orang yang linuwih dan waskita. Mereka membentuk pribadi dan sukma yang selaras dengan keillahian Tuhan. Mereka membebaskan diri dari belenggu keduniawian, sehingga berpuasa dan hidup prihatin tidak makan dan minum selama berhari-hari bukanlah beban berat bagi mereka, dan melepaskan keterikatan roh mereka dari tubuh biologis mereka, kemampuan melolos sukma, bukanlah sesuatu yang istimewa. Bahkan banyak di antara mereka yang kemudian moksa, bersama raganya berpindah dari alam manusia ke alam roh tanpa terlebih dahulu mengalami kematian.

Pada jaman sekarang seringkali kemampuan merogoh sukma ini didapatkan dengan cara mengamalkan mantra / amalan ilmu gaib dan ilmu khodam. Seringkali penggunaan ilmu merogoh sukma itu di dalam amalan / mantranya dikhususkan hanya untuk tujuan tertentu saja dan tidak bisa digunakan untuk tujuan lain yang tidak disebutkan di dalam mantranya. Misalnya di dalam mantranya hanya untuk melihat suatu lokasi tertentu saja di alam manusia atau hanya untuk berjalan-jalan di alam gaib (tidak untuk melihat sosok-sosok gaib), atau dikhususkan hanya untuk melihat / bertemu dengan sosok halus tertentu saja (tidak untuk melihat sosok-sosok halus yang lain dan tidak untuk melihat lokasi yang lain). Dengan demikian penggunaannya menjadi terbatas karena mengikuti sugesti dari amalah gaibnya. Selain adanya keterbatasan pada penggunaannya seperti disebutkan di atas, para pelaku merogoh sukma, dalam kondisinya ketika tidak sedang merogoh sukma belum tentu orang itu dapat melihat gaib, karena kemampuannya melihat gaib hanya bisa dilakukannya ketika sedang merogoh sukma, itu pun hanya untuk melihat sosok-sosok halus tertentu saja. Bisa terjadi begitu karena orang itu secara sadar (ketika tidak sedang merogoh sukma) belum bisa membebaskan rohnya dari belenggu biologisnya, rohnya di dalam tubuhnya belum bisa berinteraksi dengan dunia roh.

### **3. Ilmu Medhar Sukma ( ilmu untuk memecah sukma ).**

Ilmu ini lebih tinggi dari Ilmu Merogoh Sukma. Dengan ilmu ini kita bisa dengan sengaja memecah sukma kita. Kesadaran kita adalah pancer, sedangkan sukma kita yang lain disebut sedulur kita. Sedulur kita inilah yang kita pecah, sehingga bisa terpisah dari pancer kita, bisa dipecah menjadi 2, menjadi 3 atau menjadi 4. Sedulur kita itu bisa pergi kemana saja yang kita inginkan. Apa yang dilihatnya kita juga bisa melihatnya, apa yang dialaminya kita juga bisa merasakannya.

Ilmu ini diterapkan untuk mengatasi kelemahan yang ada pada ilmu merogoh sukma. Kita bisa mengamalkan ilmu ini sambil kita tetap sadar dan bekerja, menyetir mobil atau sambil melakukan aktivitas lain, tidak lagi harus melakukannya dengan konsentrasi khusus, tidak perlu lagi mengunci diri di dalam kamar dan tidak masalah berapa lama sukma kita terpecah berada di luar tubuh kita. Apa yang dilihat oleh para sedulur papat, kita juga bisa melihatnya, apa yang dialaminya kita juga bisa merasakannya. Tetapi bagi orang yang sukmanya belum kuat, tubuhnya akan menjadi lemah dan mudah sakit bila sukmanya itu terpecah atau terpisah, dan di alam gaib, sukma kita tidak boleh sampai ditahan atau ditangkap oleh gaib lain.

Bila orang tersebut juga menguasai ilmu merogoh sukma, maka ketika sukmanya keluar dari raganya, sukma itu dapat dipecah menjadi 5 roh yang wujudnya mirip dan serupa, yaitu 1 roh pancer dan 4 roh sedulur papat (roh pancer akan tampak lebih tebal dan jelas, sedangkan roh sedulur papat lebih tipis transparan). Tetapi kebanyakan orang yang memecah sukmanya ketika merogoh sukma, sukmanya hanya bisa dipecah menjadi 2 roh, yaitu 1 roh pancer dan 1 kesatuan roh sedulur papat.

Kebanyakan orang belum dapat menggunakan ilmu medhar sukma untuk melihat gaib seperti contoh melihat gaib secara roh di atas. Kebanyakan orang menguasai ilmu medhar sukma hanya pada tingkatan dasar saja, yaitu hanya untuk memerintah roh sedulur papatnya untuk melakukan suatu perbuatan tertentu, misalnya untuk menyerang / mengusir suatu sosok makhluk halus atau untuk diperintah mengambil suatu benda pusaka dari alam gaib (roh sedulur papatnya diperlakukan seperti khodam ilmu), dan dilakukannya dengan terus berkonsentrasi untuk mengikuti apa yang diperbuat oleh sedulur papatnya itu.

Penggunaan ilmu medhar sukma untuk melihat gaib (melihat gaib secara roh) adalah suatu kemampuan khusus tingkat tinggi yang tidak semua orang yang menguasai ilmu medhar sukma dapat melakukannya. Mereka yang dapat menggunakan ilmu medhar sukma untuk melihat gaib, juga dapat memerintahkan sedulur papatnya berperan sebagai khodam ilmu, yaitu untuk melakukan perbuatan tertentu yang sama seperti contoh penggunaan ilmu medhar sukma di atas.

Ilmu medhar sukma ini dapat juga digunakan untuk keperluan ilmu gaib lain, seperti untuk merasuk ke dalam diri seseorang untuk mempengaruhi pikirannya, atau untuk menyampaikan suatu berita / perintah atau untuk berkomunikasi dengan orang lain (melalui mimpi atau menampakkan diri di hadapan seseorang).

Ada ilmu lain atau kejadian yang mirip dengan kejadian pada ilmu medhar sukma. Misalnya ada beberapa orang yang bersaksi telah melihat si A ada di suatu tempat atau ada di beberapa tempat pada saat yang bersamaan. Bisa jadi ini adalah penerapan dari ilmu medhar sukma, atau bisa juga itu adalah penampakan gaib dari khodam ilmu seseorang, atau bisa juga penampakan dari makhluk jadi-jadian. Kebenaran kejadian itu tidak bisa dipastikan, karena orang yang bersaksi itu juga tidak dapat memastikan apakah yang dilihatnya itu benar si A atautkah itu suatu bentuk penampakan gaib.

Pada orang-orang yang tekun mendalami kebatinan / spiritual dan tapa brata, peka *rasa* dan batin, *weruh sak durunge winarah*, kemampuan terawangan gaib, *melolos sukma*, *medhar sukma*, dsb, biasanya merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kemampuan gaib mereka, merupakan kemampuan gaib yang menyatu dengan diri mereka, sehingga mereka menjadi orang-orang yang *linuwihdan waskita*. Biasanya kemampuan atas ilmu-ilmu tersebut tidak secara khusus dipelajari, tetapi terjadi dengan sendirinya sebagai efek dari ketekunan penghayatan kebatinan / spiritual dan tapa brata mereka.

Pada jaman sekarang Ilmu-ilmu olah sukma di atas tidak harus dipelajari dengan menjalani olah kebatinan terlebih dahulu. Orang yang sudah dapat merogoh sukma tidak berarti dia sudah menguasai perihal ilmu kebatinan, karena mungkin ilmu merogoh sukma itu saja yang dia bisa, sedangkan ilmu kebatinan yang lain tidak ditekuninya. Bisa terjadi demikian karena ilmu merogoh sukma bisa didapat tanpa melalui tahapan olah kebatinan, tetapi melalui Ilmu Gaib dan Ilmu Khodam yang mempelajari secara khusus satu per satu ilmu-ilmu tersebut.

Ada pembaca yang bertanya tentang apa tandanya seseorang sudah bisa melihat gaib secara roh, yang berbeda dengan melihat gaib secara batin. Biasanya orang tidak membedakan cara-cara melihat gaib, karena tujuannya adalah hanya untuk bisa melihat gaib, terserah bagaimana caranya. Perbedaan istilah melihat gaib dengan mata ketiga, melihat gaib secara batin dan melihat gaib secara roh dilakukan oleh Penulis supaya jika kita bisa membedakannya dan tahu cara kerjanya, maka kemampuan itu bisa ditingkatkan menjadi kemampuan yang lebih tinggi lagi.

Melihat secara roh biasanya adalah kelanjutan dari melihat secara batin, sehingga kadangkala orang juga tidak dapat membedakan melihat secara roh dengan melihat secara batin. Yang membedakan adalah tingkat kemampuannya.

Melihat secara roh biasanya terkait dengan kemampuan lain seperti merogoh sukma atau medhar sukma, atau kemampuan lain secara roh, sehingga penekanannya adalah mendayagunakan kemampuan roh, bukan batin lagi.

**Keakuratan Melihat Gaib** Ada juga pertanyaan tentang keakuratan melihat gaib.

Ada beberapa hal yang menyebabkan melihat gaib tidak akurat :

1. Melihat gaib dengan bantuan khodam atau sosok halus tertentu.
2. Ber-ilusi membayangkan-bayangkan sosok gaibnya.
3. Sebelumnya sudah mempunyai sugesti gaib sendiri.
4. Dikelabui oleh sosok gaib.

Uraianya sbb :

1. Melihat gaib dengan bantuan khodam atau sosok halus tertentu.

Melihat gaib dengan bantuan khodam atau sosok halus tertentu berarti ada suatu penglihatan gaib yang diterima oleh seseorang di dalam pikirannya dari suatu khodam ilmu, khodam pendamping, atau sosok gaib tertentu yang berkenan kepadanya. Sosok gaib itu memberikan suatu gambaran penglihatan gaib di dalam pikirannya.

Cara penglihatan gaib ini banyak dilakukan oleh peramal-peramal dalam meramalkan suatu kejadian, karena dengan cara ini ia dapat melihat suatu kejadian dengan cukup jelas di dalam pikirannya (orang Jawa sering menyebut ini sebagai kaweruh / wangsit / wahyu). Ada juga wahyu spiritual yang diberikan Dewa kepada orang-orang tertentu sehingga bisa menyampaikan ramalan-ramalan tentang kejadian-kejadian hingga beratus-ratus tahun ke depan atau beratus-ratus tahun ke belakang.

Melihat gaib dengan menerima penglihatan gaib bisa juga dilakukan dengan membacakan suatu amalan gaib. Ada banyak amalan ilmu gaib yang tujuannya khusus untuk kemampuan melihat gaib, mendatangkan penglihatan gaib, atau menggerakkan khodam ilmu / pendamping untuk memberikan penglihatan gaib atau untuk merogoh sukma. Proses yang umum adalah dengan cara "pengisian ilmu" (diijazahkan). Biasanya sesosok makhluk halus disatukan dengan seorang murid dengan cara memberikan air minum yang dibumbui minyak dan mantra, rajah gaib, atau media spiritual lainnya. Selain itu bisa juga sesosok gaib membawa roh seseorang keluar dari tubuhnya untuk melihat-lihat alam gaib.

Seseorang yang mempunyai khodam pendamping atau ada sosok halus tertentu di dalam tubuhnya, ketika berusaha untuk melihat gaib, kadangkala yang dilihatnya adalah penglihatan gaib yang diberikan oleh sosok halus tersebut yang bersamanya. Kadangkala dalam kondisi tertentu atau di suatu lokasi tertentu sosok halus itu juga memberikan penglihatan gaib tertentu kepadanya. Dalam hal ini orang tersebut merasa melihat gaib, tetapi seringkali yang dilihatnya bukan kejadian yang sebenarnya.

Kelemahan melihat gaib dengan menggunakan suatu khodam gaib adalah bahwa kondisi alam gaib yang dilihat oleh si manusia bisa jadi adalah kejadian yang sebenarnya, tetapi kadangkala juga palsu, karena apa yang dilihatnya adalah gambaran gaib yang diberikan oleh si khodam gaib, yaitu gambaran gaib yang si khodam ingin supaya si manusia melihatnya, yang kadangkala bukan kondisi alam gaib yang sesungguhnya.

Kadangkala sosok halus itu juga memberikan mimpi-mimpi tertentu kepadanya. Dalam hal ini jika seseorang merasa bahwa mimpinya bukanlah mimpi biasa, maka ia harus meneliti arti mimpinya itu, termasuk menanyakannya kepada sosok gaib yang telah memberinya mimpi itu, siapa tahu itu adalah suatu bentuk pemberitahuan kepadanya atas sesuatu yang sifatnya penting.

Kelemahan melihat gaib ini bisa terjadi pada siapa saja yang memiliki sesosok gaib bersamanya, baik orang-orang yang masih dalam taraf belajar, maupun para praktisi paranormal dan spiritualis yang sudah kawakan yang terbiasa menggunakan amalan gaib untuk melihat gaib.

## 2. Ber-ilusi membayang-bayangkan sosok gaibnya.

Pada taraf belajar melihat gaib secara batin seringkali seseorang berusaha membayang-bayangkan sosok gaibnya, sehingga yang muncul di dalam pikirannya adalah sosok-sosok tertentu yang bukan sosok aslinya.

Dalam taraf belajar ini sebaiknya dilakukan sesuai petunjuk di atas, yaitu dengan belajar mempertahankan sugesti fokus kepada benda gaibnya atau kontak rasa dengan sosok halusnya dan memperhatikan gambaran gaib yang mengalir di dalam pikirannya. Sebaiknya bisa fokus untuk tidak mengambang mengawang-awang, belajar mempertahankan kontak rasa dan batin dengan benda gaibnya atau dengan sosok halusnya.

## 3. Sebelumnya sudah mempunyai sugesti gaib sendiri.

Ada beberapa teman Penulis yang mempunyai sugesti dalam pikirannya tentang makhluk halus.

Ada yang bersugesti sosok kuntilanak, sehingga semua sosok halus yang dilihatnya akan tampak olehnya sebagai sosok perempuan berpakaian putih sampai ke bawah seperti kuntilanak.

Ada yang bersugesti makhluk halus adalah sama dengan setan yang badannya hitam besar menakutkan, sehingga semua sosok halus yang dilihatnya akan tampak olehnya sebagai sosok hitam besar menakutkan.

Dalam hal ini walaupun orang-orang tersebut mampu melihat gaib, tetapi kebanyakan wujud sosok-sosok halus yang dilihatnya bukanlah sosok aslinya, tetapi

adalah wujud sosok-sosok yang ada dalam pikirannya. Dalam kasus ini mereka telah tertipu oleh pikiran mereka sendiri.

#### 4. Dikelabui oleh sosok gaib.

Dalam melihat gaib, kadangkala sosok tertentu yang dilihat oleh seseorang bukanlah sosok aslinya. Ini bisa terjadi jika sosok halus yang dilihatnya tidak berkenan untuk dilihat, sehingga sedapat mungkin dia akan menutupi jati dirinya. Biasanya sosok itu akan memalingkan mukanya, tetapi ada juga yang melakukannya dengan menghalangi / mem-blok energi penglihatan kita ke arah wajahnya, sehingga para pemula atau orang-orang yang belum mempunyai kekuatan energi penglihatan yang cukup biasanya akan kesulitan atau berat untuk melihat wajah asli sosok halus tersebut. Karena itu kita harus "belajar" bersikap sopan supaya diperkenankan melihat wajahnya.

Ada juga sosok halus yang sengaja mempengaruhi pikiran orang-orang tertentu (ilusi / halusinasi), sehingga yang dilihat oleh orang-orang tersebut adalah sosok lain yang bukan sosok aslinya. Selain karena tidak ingin diketahui jatidirinya, bisa saja itu dilakukan dengan sengaja oleh suatu sosok halus tertentu dengan tujuan mengelabui manusia.

Untuk mengatasi ketidak-akuratan di atas, selain kemampuan konsentrasi dan kemampuan melihat gaib, perlu juga dilatih ketajaman penglihatan dan ketajaman batin supaya dapat melihat gaib dengan jelas dan tidak mudah tertipu.

Untuk memeriksa apakah penglihatannya / terawangannya benar atau salah bisa juga mencocokkannya dengan orang lain yang juga mampu melihat gaib. Kalau penglihatannya sama, berarti mungkin memang sudah benar. Kalau penglihatannya berbeda, berarti harus diperiksa apa yang membuat berbeda. Atau bisa juga dengan cara meminta sosok halusnya untuk duduk di hadapannya untuk berkomunikasi, sehingga akan lebih jelas tampilan sosoknya, dan terasa hawa energinya, bukan hanya gambaran gaib di awang-awang.

Selain itu perlu juga kita mengenal sifat dan rasa energi masing-masing jenis makhluk halus. Masing-masing jenis makhluk halus memancarkan suatu rasa energi tertentu sesuai sifat energinya dan perwatakannya masing-masing. Misalnya, jenis kuntilanak atau gondoruwo memancarkan rasa energi dan mempunyai kepadatan energi tertentu yang berbeda dengan jenis makhluk halus lain, dan untuk semua kuntilanak atau gondoruwo kekuatannya dan sifatnya sama sesuai jenisnya. Sehingga kalau ada bangsa jin yang sosoknya serupa dengan kuntilanak atau gondoruwo, kita akan bisa mengenali dengan rasa bahwa itu sebenarnya adalah bangsa jin, bukan kuntilanak atau gondoruwo. Begitu juga roh sukma manusia, biasanya energinya halus, tetapi tajam, sehingga kalau ada jenis bangsa jin, atau kuntilanak atau gondoruwo yang menyamar sebagai sukma seseorang yang sudah meninggal, kita akan mengetahuinya bahwa itu adalah tipuan, karena energi mereka lebih padat / tebal tidak seperti energi sukma manusia.

Ketidak-akuratan juga dapat terjadi dalam komunikasi dengan gaib.

Berkomunikasi dengan gaib berarti berbicara dan mendengarkan, berkomunikasi 2

arah, dengan sosok gaib tertentu. Syaratnya harus bisa peka rasa dan kontak batin untuk berbicara dan untuk mendengarkan.

Berkomunikasi dengan gaib (berbicara dan mendengar, komunikasi dua arah) dilakukan dengan kontak rasa dan batin, yang secara awam disebut mengalirnya ilham. Kalau sudah terbiasa nantinya bisa juga dengan berbicara. Tapi dengan berbicara itupun sebenarnya masih sama dengan kontak batin, karena walaupun kita "merasa" mendengar suara mereka berbicara, sebenarnya jawaban mereka kontak batin juga, hanya kita saja yang bisa mendengar, orang lain tidak mendengar.

Orang-orang yang sudah bisa melihat gaib belum tentu bisa berkomunikasi dengan gaib, begitu juga sebaliknya, orang-orang yang sudah bisa "mendengarkan" suara-suara gaib, peka rasa dan firasat, peka sasmita, atau yang sudah bisa menyampaikan komunikasi (misalnya meng sugestikan gaib), belum tentu bisa melihat gaib.

Masing-masing kemampuan itu tidak otomatis terjadi bersamaan, harus dipelajari sendiri-sendiri.

Ketidak-akuratan dalam berkomunikasi dengan gaib biasanya terjadi dalam proses "mendengar" jawaban sosok gaibnya. Penyebabnya banyak, sama dengan ketidak-akuratan melihat gaib, terutama terjadi kalau kita mempunyai sosok pendamping atau di dalam diri kita ada sosok gaib lain, sehingga suaranya bercampur, kadang kita tidak bisa membedakan itu suaranya siapa.

### **Tambahan :**

Dalam olah sukma kita mengolah sukma kita, yaitu khusus mengolah roh kita, tentang apa yang dapat dilakukan oleh roh kita di luar tubuh kita.

Seseorang yang belum pernah melakukan olah batin, berarti sukmanya masih lemah. Walaupun ada guru yang dapat mengajarkan anda cara merogoh sukma, bila anda sendiri belum memiliki dasar kekuatan batin yang cukup, dengan mempertimbangkan efek buruk yang dapat terjadi, sebaiknya jangan mencobanya. Apalagi bila di kemudian hari, tanpa pendamping, anda mencoba melakukannya sendiri.

Resiko yang dapat terjadi, selain yang sudah disebutkan di atas, juga resiko karena berhubungan dengan makhluk halus lain di alam gaib. Baca : Roh Manusia Lanjutan 2.

Dengan terawangan gaib anda bisa melihat ke tempat-tempat yang jauh dan tersembunyi. Tetapi resikonya juga sama bila roh anda bertemu dengan roh halus lain. Banyak kejadian yang setelah roh sedulur papatnya itu keluar jauh dari badannya, kemudian tidak dapat kembali lagi. Rohnya ditahan / ditangkap oleh makhluk halus lain. Akibatnya, orang itu akan terus-terusan melihat gaib, dan sosok gaib yang menahan rohnya itu akan terus menghantuinya (karena sosok gaib itu memang menahan roh sedulur papatnya dan roh sedulur papatnya yang ditangkap itu terus-terusan berhadapan dengan sosok gaib itu). Sudah jelas bahwa orang itu kemudian akan terganggu jiwanya.

Lebih baik bila anda melatih lebih dulu kepekaan rasa dan batin (baca: Olah Rasa dan Kebatinan) sambil anda mempersiapkan mental dan menguatkan kebatinan anda. Bila sudah mengerti resikonya (untuk kehati-hatian), sudah siap secara psikologis dan memang ingin bisa melihat gaib, mintalah diajari cara melihat gaib dengan cakra mata ketiga saja, jangan merogoh sukma. Kemampuan melihat gaib

ini akan menjadi dasar yang baik sekali untuk mempelajari ilmu-ilmu kebatinan yang lain, termasuk ilmu terawang gaib dan ilmu merogoh sukma. Memang walaupun kita sering berinteraksi dengan makhluk halus belum tentu kita mengalami kejadian yang pahit. Tulisan ini dimaksudkan sebagai bahan pengetahuan saja supaya kita berhati-hati, jangan sampai kita menjadi salah satu orang yang apes, mengalami pahitnya.

Untuk menindaklanjuti banyaknya pertanyaan mengenai cara-cara melihat sosok gaib dan keinginan untuk melihat gaib dengan cakra mata ketiga, di bawah ini Penulis sajikan metode meditasi sederhana dengan pertimbangan kehati-hatian, sebaiknya anda juga melakukannya dengan hati-hati.

Cara melihat gaib ini tidak dimaksudkan sebagai metode yang berdiri sendiri. Sebaiknya sebelumnya anda sudah menguasai cara-cara melihat gaib dengan batin dan rasa, sebagai kemampuan dasar yang harus lebih dulu dikuasai sebelum mempelajari metode yang lain, seperti yang sudah Penulis tuliskan dalam tulisan Olah Rasa dan Kebatinan dan Ilmu Tayuh / Menayuh Keris. Setelah itu sebaiknya anda juga belajar "membangun" kekuatan kebatinan dan energi dan cara-cara penggunaannya, misalnya dengan cara-cara seperti dalam tulisan Kebatinan dalam Keagamaan, Sukma Sejati, Meditasi Energi, Pembersihan Gaib 4 atau dengan cara-cara kebatinan dan spiritual. Sedapat mungkin semua kekuatan kebatinan yang berhasil dihimpun dapat diolah menjadi kekuatan rasa dan dapat disatukan dengan kepekaan rasa, menjadi satu kesatuan kemampuan kebatinan.

Dalam proses meditasi ini tubuh anda akan memancarkan energi tertentu dan pikiran anda akan memancarkan gelombang pikiran tertentu yang dapat mengundang datangnya sosok-sosok halus tertentu. Kalau anda merasa takut atau merasakan sesuatu yang berbahaya, sebaiknya jangan dilanjutkan, mungkin memang ada sesosok gaib yang datang dan mungkin situasinya memang berbahaya. Atau jika anda belum berhasil pada hari pertama sebaiknya tidak usah dipaksakan. Masih bisa dilakukan lagi pada hari yang lain.

Sugesti meditasi ini adalah untuk melepaskan pikiran dan mengedepankan batin. Kendorkan pikiran biar batin yang bekerja. Kedepankan rasa dan batin dan kosongkan pikiran. Dalam melakukan meditasi itu sebaiknya dilakukan tanpa keinginan yang menggebu-gebu untuk segera dapat melihat gaib, karena kemampuan itu nantinya akan terjadi dengan sendirinya. Hasrat yang menggebu-gebu justru dapat menghalangi proses peka rasa dan pembukaan cakra.

Tidak semua orang berhasil melepaskan pikirannya untuk mengedepankan batinnya. Karena itu kalau kita santai melakukannya dan tak ada beban hasrat, biasanya sekali saja melakukannya sudah berhasil. Tetapi ada juga orang lain yang harus melakukannya sampai berkali-kali baru bisa berhasil, tetapi ada juga yang tidak pernah berhasil. Mungkin memang bukan rejekinya. Memang peruntungan orang berbeda-beda dan faktor penghalangnya juga berbeda-beda.

Kalau dalam kondisi meditasi itu anda merasakan ada tekanan atau gerakan di dahi,

hidung, dan ubun-ubun, kemungkinan itu adalah gerakan cakra-cakra tubuh yang bergerak untuk membuka.

Dalam meditasi itu jangan menggunakan pikiran untuk berkonsentrasi. Jangan berusaha keras untuk berkonsentrasi. Pikiran yang seharusnya santai, jangan sampai justru pikirannya bekerja keras untuk berkonsentrasi. Kendorkan pikiran. Baca doa.

Kondisi mata terpejam juga dapat mendorong orang untuk berkonsentrasi dengan pikirannya. Karena itu mungkin akan lebih mudah melakukannya dengan tidak memejamkan mata, mata boleh tetap terbuka, tetapi dilakukan santai seperti orang melamun, pandangan diarahkan santai ke bawah.

Meditasinya dengan duduk bersila, dilakukan antara jam 22.00 dan jam 03.00 pagi. Lampu kamar dimatikan, sehingga suasana menjadi gelap. Pada awal meditasinya sebaiknya anda berdoa dahulu meminta perlindungan Tuhan.

Sejak awal meditasinya dan seterusnya diharapkan anda berdoa (zikir / wirid di dalam hati), tujuannya adalah untuk memfokuskan batin anda dan mengarahkan supaya pikiran anda tidak kosong atau mengambang melayang-layang tidak jelas. Untuk yang beragama Islam bisa mengucapkan syahadat dan menggunakan doa Al Fateha, sedangkan untuk umat beragama lain silakan memilih sendiri doa yang sesuai untuk pembukaan batin atau melihat alam gaib. Untuk umat Kristen, sepertinya doa Bapa Kami tidak bisa digunakan disini, karena doa itu mengandung makna khusus dan sifat kerohaniannya tidak untuk tujuan meditasi ini.

Bagi yang tidak mempunyai doa sendiri, di bawah ini ada doa kebatinan kejawen yang mungkin berguna untuk diwirid di dalam hati. Bunyinya sbb :

*Sukma ingsun sukma sejati*

*Sukma sejatining urip*

*Urip sejatining manungsa*

*Tiluhur tak usap dampal*

*Di tengah puser udel*

*Serbudi aptoroso diroso keno kuoso*

*Ya Alloh kul goib*

*Kulo nyuwun ijin*

*Ya Alloh kulo nyuwun kekuatan*

*Ya Alloh kulo nyuwun kesaktian*

*Ya Alloh kulo nyuwun kegaiban*

*Mugi-mugi Alloh kul goib ngabulaken panyuwun kulo*

*Hong wilaheng sekare bahwono langgeng (3x)*

Amalan di atas tujuan sugestinya adalah untuk memohonkan terkabulnya suatu keinginan, selain permohonan kepada Tuhan, kegaiban sukma juga akan membantu terwujudnya keinginan itu, tetapi secara umum sugesti di atas, yang bersifat kebatinan, akan dapat membangkitkan kemampuan kebatinan seseorang, mengantarkan seseorang menjadi linuwih dan waskita secara kebatinan.

Dalam berdoa / wirid akan lebih baik jika anda menggunakan tasbih untuk

membantu supaya pikiran anda tidak melamun atau mengambang melayang-layang.

### **Meditasi 1.**

Tahap pertama belajar melihat gaib dilakukan untuk melihat sosok gaib tertentu atau mendapatkan penglihatan gaib dari sosok-sosok khodam benda-benda jimat, keris / pusaka dan sosok-sosok khodam pendamping, jika anda memilikinya (atau meminjam keris milik teman, kalau tidak punya). Sebelumnya dipastikan dulu dengan cara seperti menayuh keris bahwa sosok khodamnya baik dan berkenan membantu anda belajar melihat gaib. Cara ini lebih aman daripada langsung berinteraksi dengan sosok-sosok halus lain yang anda belum kenal atau belum merasa dekat dan sosoknya seperti apa juga belum tahu.

Karena anda sudah mempunyai benda gaib atau khodam pendamping, sebaiknya dapat dimanfaatkan untuk menjadi lebih mengerti tentang dunia gaib. Ajaklah mereka untuk berkomunikasi secara langsung dengan cara yang sama seperti menayuh keris atau bisa juga dicoba dengan cara hening meditasi ini. Bila anda sudah merasa dekat dengan khodam anda dan bisa bersugesti, seharusnya cara ini mudah dilakukan dan pasti berhasil. Jika anda masih merasa takut, sebaiknya disugestikan kepada khodam anda supaya menampilkan diri sebagai sosok manusia yang enak dipandang mata, yang tidak menyeramkan.

Proses meditasinya sbb :

1. Kendorkan pikiran, biar batin yang bekerja  
Gunakan kepekaan rasa dan batin
2. Berdoalah di dalam hati (zikir / wirid di dalam hati) sampai anda merasa tenang, nyaman dan hening.  
Teruskan saja berdoa sampai anda masuk ke dalam suasana gaib (frekwensi gaib)
3. Setelah berada dalam suasana hening / suasana gaib itu, kalau khodamnya tidak masuk sendiri ke dalam penglihatan gaib anda, anda panggil khodamnya supaya masuk ke dalam penglihatan gaib anda
4. Sesudah khodamnya masuk ke dalam penglihatan batin anda, berkomunikasi, misalnya ajukan pertanyaan seperti siapa namanya, kegunaannya, dsb, dan "dengarkan" jawabannya.
5. Sesudahnya ucapkan terima kasih atas bantuannya.

Tanda-tanda anda sudah masuk ke dalam "frekwensi gaib" adalah ketika anda sudah sampai pada kondisi meditasi yang terasa suasananya hening dan gelap, tetapi dalam kegelapan itu anda merasa bisa "melihat".

Meditasi di atas adalah dikhususkan untuk bisa melihat dan berkomunikasi secara langsung dengan sosok-sosok gaib tertentu, yaitu sosok-sosok gaib dari benda-benda jimat, keris atau sosok pendamping. Gunakanlah insting atau kepekaan rasa untuk bisa menilai sosok-sosok yang bersifat tidak baik atau jahat, jangan sampai anda berinteraksi dengan yang tidak baik.

Dalam proses meditasi di atas, pada saat anda sudah masuk dalam "frekwensi

gaib", anda panggillah sosok gaib itu supaya duduk di hadapan anda dan ajaklah berkomunikasi. Anda bisa tanyakan nama lengkapnya, pesan-pesannya, dsb dan anda bisa juga tanyakan hal-hal lain yang anda ingin ketahui. Komunikasi dilakukan dengan aliran rasa batin seperti orang melamun (kontak batin), jangan menggunakan pikiran untuk berpikir, karena dapat memutuskan aliran kontak batin (kalau anda sudah mahir melakukannya, anda bisa melakukan komunikasi dengan cara berbicara seperti orang mengobrol).

Dalam semua proses meditasi dan perenungan usahakan supaya tidak mengedepankan pikiran. Biarkan ide / ilham / bisikan gaib mengalir sampai lengkap, jangan bereaksi dengan berpikir yang dapat menyebabkan aliran ide / ilham itu terputus.

## **Meditasi 2.**

Tahap kedua belajar melihat gaib adalah mencoba untuk membuka penglihatan gaib "mata ketiga", yaitu cakra energi di antara 2 alis mata. Sebelum melakukannya, anda harus memantapkan tekad dan niat anda. Kalau masih ragu-ragu atau ada rasa takut, sebaiknya tidak usah dilanjutkan.

Dalam melakukan meditasi 2 ini sebaiknya dilakukan tanpa keinginan yang mengebu-gebu untuk dapat segera melihat alam gaib dan makhluk halus, karena itu nantinya akan terjadi dengan sendirinya. Hasrat yang mengebu-gebu justru dapat menghalangi proses peka rasa dan pembukaan cakra.

Tidak semua orang berhasil melepaskan pikirannya untuk mengedepankan batinnya. Karena itu kalau kita santai melakukannya dan tak ada beban hasrat, biasanya sekali saja melakukannya sudah berhasil. Tetapi ada juga orang yang harus melakukannya sampai berkali-kali baru bisa berhasil, tetapi ada juga yang tidak pernah berhasil. Mungkin memang bukan rejekinya. Memang peruntungan orang berbeda-beda dan faktor penghalangnya juga berbeda-beda.

Untuk membuka mata ketiga prinsip meditasinya sama dengan cara meditasi 1 di atas, dilakukan terus sampai terbuka mata ketiganya dan bisa melihat alam gaib. Paling cepat 2 - 3 jam, bisa juga lebih lama lagi, itu juga kalau langsung berhasil. Biasanya orang melakukannya sampai berkali-kali baru berhasil. Jika anda belum berhasil pada hari pertama sebaiknya tidak usah dipaksakan. Masih bisa dicoba lagi pada hari yang lain. Kalau anda merasa kaki anda pegal, anda bisa merubah posisi kaki anda, bisa juga diluruskan. Usahakan untuk terus memejamkan mata dan berdoa wirid di dalam hati.

Kalau dalam bermeditasi di atas anda tertidur, itu tidak apa-apa. Kalau meditasinya dihentikan dan kemudian anda pergi tidur, itu juga tidak apa-apa. Tapi kalau ingin diteruskan, sebaiknya memang diteruskan. Itu adalah tahapan anda masuk ke dalam frekwensi alam bawah sadar yang membawa anda masuk ke alam mimpi. Mata tetap dipejamkan dan terus berdoa wirid di dalam hati. Tanda mulai terbukanya cakra mata ketiga adalah ketika dalam kondisi mata terpejam itu seperti melihat tabir putih atau gumpalan kabut putih. Itu adalah tabir gaib yang harus dilewati. Teruskan saja meditasinya.

Setelah itu akan tampak gelap gulita. Teruskan saja meditasinya. Sesudah itu barulah bisa melihat sosok-sosok gaib dalam kegelapan, masih samar-samar. Teruskan saja meditasinya sampai anda yakin sudah bisa melihat sosok-sosok gaib.

Ingat, jangan beralih menggunakan pikiran !Pada hari-hari selanjutnya, kalau meditasinya sering dilatih nantinya penglihatannya akan jelas. Kalau sudah bisa melihat sosok-sosok gaib di tempat gelap, nantinya juga akan bisa melihat sosok-sosok gaib di tempat terang. Untuk tahapan awal sebaiknya digunakan untuk melihat sosok-sosok gaib yang tidak "berbahaya", misalnya untuk melihat isi gaib dari benda-benda gaib dan pusaka atau khodam pendamping kita, atau untuk melihat sosok-sosok gaib di sekitar rumah kita.

olah roso

**Olah rasa** berhubungan dengan kepekaan rasa batin dan indra ke 6 manusia. Dengan rasa, orang akan lebih peka terhadap sesuatu yang bersifat gaib, dapat mendeteksi / merasakan keberadaan sesuatu gaib, dapat mendeteksi apakah sakit yang diderita oleh seseorang merupakan sakit biasa ataukah karena adanya pengaruh energi negatif dari suatu sosok makhluk halus (ketempelan gaib, kesambet, disantet, guna-guna, dsb), dapat mengetahui cara penyembuhannya dan dapat merasakan sesuatu yang akan terjadi (feeling / intuitif). Dan dalam tingkatan kemampuan kebatinan yang tinggi kekuatan rasa ini digunakan untuk segala perbuatan yang berhubungan dengan kegaiban, untuk mengobati seseorang, mengusir / menyerang / menundukkan makhluk halus tingkatan rendah sampai yang kelas atas, atau untuk memusnahkan keilmuan gaib, khodam dan tenaga dalam seseorang, dan untuk menerima pengetahuan spiritual tingkat tinggi yang mengantarkan seseorang menjadi *linuwih* dan *waskita*.

Di dalam semua jenis keilmuan, ada satu hal mendasar yang seringkali pengertiannya dikesampingkan orang, yaitu adanya unsur kebatinan. Unsur kebatinan hadir pada semua aspek kehidupan manusia, termasuk di dalam aktivitas manusia dalam mempelajari dan menekuni berbagai jenis keilmuan. Unsur kebatinan itu adalah apa yang biasa disebut sebagai penjiwaan atau penghayatan, yang sangat erat hubungannya dengan rasa dan sugesti. Di dalam aktivitas manusia berolah raga, kanuragan, mengolah tenaga dalam, maupun ilmu gaib dan ilmu khodam, atau olah spiritual, atau dalam hal pekerjaan teknis modern sekalipun, selalu terkandung di dalamnya unsur kebatinan berupa penjiwaan dan penghayatan pada masing-masing hal yang dijalani, yang seringkali kualitas penjiwaan dan penghayatan seseorang akan sangat membedakan hasil dan prestasi yang diraihinya dibandingkan orang lain yang sama-sama melakukan aktivitas yang sama. Secara umum unsur kebatinan hadir pada semua aspek kehidupan manusia, tidak hanya dalam hal keilmuan, tetapi dalam semua aspek kehidupan manusia, termasuk di dalam pekerjaan-pekerjaan teknis di jaman modern ini, tetapi istilah kebatinan sendiri seringkali secara dangkal dikonotasikan sebagai kegiatan klenik. Namun di luar itu memang ada orang-orang tertentu yang secara khusus mempelajari keilmuan kebatinan, bukan hanya pada aspek yang bersifat umum, tetapi juga secara khusus dan mendalam mengenai keilmuan kebatinan itu sendiri.

Kemampuan menayuh gaib (baca: Ilmu Tayuh / Menayuh Keris) dan kemampuan olah rasa kami harapkan dapat anda kuasai, karena ini akan berguna sebagai kemampuan dasar dan dapat menjadi dasar untuk kemampuan yang lebih tinggi lagi bagi anda yang berinteraksi atau *interest* dengan hal-hal kegaiban, atau jika anda memiliki benda-benda gaib dan khodam pendamping.

Kepekaan dan kekuatan rasa adalah dasar dari kebatinan dan kekuatan batin / spiritual. Kekuatan yang dibangun dalam olah rasa adalah kekuatan rasa (bersifat gaib), dihasilkan oleh cakra tubuh di bagian dada. Tetapi pembukaan cakra energi di dada tidak ditujukan untuk yang bersifat gaib, biasanya untuk tujuan kanuragan. Begitu juga dengan pengolahannya. Untuk tujuan kebatinan dan kegaiban, cakra energi di dada tidak diolah dengan teknik pernafasan, tetapi dengan cara olah rasa dan kebatinan (ada juga yang menyebut sebagai ilmu rahsa atau ilmu rasa sejati). Pada orang awam, kekuatan rasa biasanya timbul secara spontan, misalnya saat panik, histeris atau lari ketakutan, dan kekuatannya bisa berkali-kali lipat dibandingkan kemampuannya dalam kondisi normal. Dalam hal ini kekuatan rasa muncul sebagai kekuatan bawah sadar manusia. Kekuatan bawah sadar ini tidak sengaja terjadi, tetapi bagi yang terbiasa peka rasa dan batin, kekuatan seperti itu dapat dengan sengaja dimunculkan.

Pada orang awam, sebagian kekuatan rasa muncul tidak disengaja, misalnya dalam kondisi ketakutan yang sangat, panik, histeris, dsb. Kekuatan rasa juga bisa muncul dalam kondisi gembira dan bersemangat, sehingga saat seseorang beraktivitas berat akan terasa lebih ringan dan tidak cepat lelah (banyak dialami manusia pada masa kanak-kanak, yang pada saat bergembira bermain berlari-larian tidak cepat merasa lelah. Sekalipun lelah, akan cepat pulih kembali. Berbeda dengan yang sudah dewasa, biasanya akan cepat lelah dan kalau sudah lelah akan lebih lama pulihnya, karena di dalam aktivitasnya banyak menggunakan pikiran, bukan rasa). Sebagian lagi kekuatan rasa muncul dalam kondisi marah dan benci, sehingga perbuatan yang dilambari perasaan marah dan benci kekuatannya akan menjadi berlipat-lipat.

Inti dari kekuatan rasa adalah kekuatan yang dilambari rasa hati, spontan, tidak dipikir-pikir dulu, sehingga perbuatan yang dilakukan dengan sepenuh rasa (sepenuh rasa bukan sepenuh hati) akan berlipat-lipat kekuatannya, tidak cepat lelah, dan kelelahannya akan cepat pulih kembali. Kekuatan rasa yang dilatih dengan sengaja kekuatannya akan lebih besar daripada kekuatan rasa manusia biasa.

Seseorang yang sudah melatih olah nafas, biasanya juga akan merasakan bagian dari olah rasa (kepekaan rasa), walaupun hanya dasarnya saja. Saat menggunakan energi dari olah pernafasan biasanya juga dilakukan dengan 'rasa', bukan lagi dengan pikiran atau perasaan.

Dalam mempelajari olah rasa biasanya dilakukan cara yang mirip dengan olah batin, yaitu banyak menyepi / tirakat, puasa, laku prihatin, meditasi, membaca amalan-amalan, dsb. Dalam kehidupan jaman sekarang cara-cara tersebut tidak praktis untuk dilakukan. Bila anda ingin mencoba mempelajarinya, ada beberapa cara praktis yang bisa anda lakukan tanpa perlu banyak mengganggu aktivitas anda sehari-hari sbb :

#### 1. Menyepi.

Pengertian menyepi ini bukan berarti anda harus pergi menyepi ke tempat-tempat sepi di gunung, dsb. Cukup anda luangkan waktu untuk berdiam diri, di rumah, di kantor atau di manapun anda berada, untuk merasakan suasana batin anda (lebih baik bila dilakukan di tempat terbuka pada malam hari). Biarkan ilham mengalir dalam pikiran anda. Perhatikan, mungkin akan ada ide-ide tertentu atau jawaban-jawaban dari masalah anda yang tidak terpikirkan sebelumnya. (Secara sederhana proses ini mirip seperti orang merenung).

Menyepi ini juga bisa anda lakukan di tempat yang ramai. Artinya anda belajar menemukan suasana sepi (hening) di dalam keramaian tanpa harus pergi keluar dari keramaian. Tujuan dari menyepi ini adalah untuk membiasakan diri menciptakan suasana hening di dalam rasa dan pikiran, sebagai dasar untuk peka batin, untuk memperhatikan ide / ilham, dsb, yang mengalir dari batin anda sendiri.

### 2. Peka suasana batin.

Belajar peka terhadap bisikan-bisikan hati dan nurani, firasat, dsb. Jangan mengabaikan bisikan hati dan firasat, tetapi juga jangan mengada-ada, jangan ber-ilusi. Peka terhadap ilham yang mengalir di dalam pikiran dan rasa. Kalau bisa, carilah sumbernya darimana ilham itu berasal.

Cara ini bermanfaat untuk "mendengarkan" mengalirnya ide dan ilham, yang dapat bermanfaat untuk membantu pemecahan masalah-masalah yang sedang dihadapi, atau informasi tentang kondisi keluarga anda, dsb, yang sebelumnya anda tidak tahu.

### 3. Peka suasana alam.

Belajar peka terhadap suasana alam di manapun anda berada. Cobalah sesekali pergi ke tempat yang wingit atau angker. Rasakan suasana kegaiban di tempat tersebut. Bila merasakan keberadaan sesuatu roh halus atau energi gaib, dengan getaran di dada atau dengan merasakan getaran di telapak tangan, cobalah tentukan dimana posisinya berada. Kalau bisa, coba rasakan / bayangkan seperti apa wujudnya.

Bila anda sudah dapat merasakan suasana alam di suatu tempat, mungkin anda juga akan dapat merasakan bila ada sesuatu yang mengancam, dimana pun anda berada, misalnya ada makhluk halus atau binatang berbahaya, ada orang jahat yang sedang mengincar anda, dsb, akan menambah kebijaksanaan anda untuk bersikap hati-hati tidak sembrono di tempat-tempat yang "sensitif", atau anda juga dapat merasakan sesuatu kejadian yang akan terjadi di suatu tempat (misalnya di rumah anda, mungkin anda akan bisa merasakan bahwa akan ada anggota keluarga yang akan mengalami musibah, akan ada kebakaran, dsb).

Ke 3 cara di atas dapat diterapkan bukan hanya di tempat sepi, tetapi juga di tempat ramai, di manapun anda berada, tanpa harus banyak membuang ongkos, tenaga dan waktu. Bila anda sudah terbiasa melakukan ke 3 cara di atas, berarti anda sudah melakukan olah rasa dan dasar-dasar kebatinan. Belajarlah untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari anda dalam berbagai bidang. Rasa / feeling / intuisi anda akan lebih tajam, dapat mengira-ira hasil (berhasil atau tidak) dari sesuatu yang anda lakukan, atau merasakan sesuatu kejadian (baik atau buruk) yang akan terjadi, dan akan lebih mudah mendapatkan ide-ide / ilham atas jawaban permasalahan yang sedang anda hadapi. Dalam semua proses meditasi dan perenungan usahakan supaya tidak mengedepankan pikiran. Biarkan ide / ilham / bisikan gaib mengalir sampai lengkap, jangan bereaksi dengan berpikir yang dapat menyebabkan aliran ide / ilham itu terputus. Dalam kehidupan manusia sehari-hari, apalagi dalam kehidupan modern ini, rasa dan firasat seringkali diabaikan. Namun bila seseorang memperhatikan rasa dan firasatnya, dia sendiri yang akan mendapatkan manfaatnya. Rasa dan firasat seringkali muncul berupa perlambang rasa. Misalnya, seseorang yang akan bepergian ke luar kota, karena merasa tidak enak hati kemudian membatalkan keberangkatannya. Ternyata kemudian dia mendapat berita bahwa kendaraan yang seharusnya ditumpanginya mengalami

kecelakaan. Untunglah dia tidak jadi berangkat. Apakah ini kebetulan saja? Mungkin kita tidak akan terburu-buru berangkat kerja, walaupun sudah terlambat / kesiangan, seandainya saja sebelumnya kita tahu atau dapat merasakan bahwa pada hari itu ada anggota keluarga kita yang akan mengalami musibah.

Kadangkala mungkin kita mengalami suatu kejadian yang persis sama seperti yang dahulu sudah pernah terjadi. Tetapi kita tidak tahu kejadian yang dahulu itu apakah kejadian nyata ataukah kejadian di dalam mimpi. Biasanya kejadian yang dahulu itu adalah kejadian di dalam mimpi. Sedulur Papat kita sendiri yang memberikan mimpi tersebut. Kita saja yang tidak tanggap.

Kadangkala kita melamun atau ilham mengalir begitu saja, hanya kita saja yang tahu, atau mungkin secara spontan kita mengucapkan sesuatu tanpa dipikir dahulu, tentang sesuatu kejadian yang akan datang atau tentang seseorang (biasanya seorang tokoh manusia) yang akan mengucapkan / berbuat sesuatu, dan ternyata kemudian kejadian tersebut benar-benar terjadi. Dalam hal ini, Sedulur Papat kitalah yang memberitahukan hal tersebut. Sayang sekali kalau kita tidak mengasah kedekatan dengan para sedulur tersebut. Kedekatan itu juga dapat merupakan suatu potensi besar kemampuan kebatinan yang sayang sekali jika tidak diasah dengan benar. Mungkin potensi untuk bisa meramal, atau merasakan suatu kejadian yang akan terjadi, atau potensi kemampuan mengobati, dsb, akan dilewatkan begitu saja.

Beberapa tanda yang bila dilatih / dipertajam akan menjadi suatu potensi kemampuan tersendiri :

- merasa tahu apa yang akan dikatakan seseorang saat mendengarkan seseorang sedang berbicara.
- cepat mengenal kepribadian terdalam seseorang walaupun baru kenal.
- banyak ilham tentang kejadian yang akan terjadi (kejadiannya kemudian benar-benar terjadi).
- mengenal firasat, atau bisa membedakan suatu kejadian yang merupakan tanda dari akan terjadinya suatu kejadian lain yang entah baik atau buruk. Dan ketika kejadian itu terjadi dia tahu bahwa sebelumnya dia sudah menerima tanda tentang akan terjadinya kejadian itu.

Kemampuan-kemampuan di atas sering disebut sebagai daya linuwih yang merupakan dasar-dasar dari kemampuan seseorang yang waskita.

Dalam halaman ini digunakan beberapa istilah sbb : Rasa adalah sesuatu yang langsung dirasakan, berdasarkan kepekaan rasa / batin, dan tidak melalui proses perenungan atau analisa.

Batin lebih dalam lagi, ada proses mengendapkan, merenungkan dan menganalisa.

Rasa berhubungan dengan kepekaan rasa batin dan indra ke 6 manusia.

Rasa adalah awal sebelum masuk ke proses yang lebih dalam untuk direnungkan atau dianalisa secara kebatinan.

Misalnya kita kedatangan orang sakit yang minta disembuhkan sakitnya. Pada pertemuan pertama kita sudah langsung bisa me-rasa-kan bahwa sakitnya bukanlah sakit biasa, sakitnya berhubungan dengan gaib. Sesudah itu barulah di-batin, direnungkan, dianalisa, apa yang menjadi penyebabnya, apakah sakitnya yang karena pengaruh gaib itu adalah karena ketempelan mahluk halus, atautkah kesambet, atautkah karena diguna-guna. Kalau diguna-guna, apa penyebab awalnya, apakah orang itu menyalahi orang lain ? Siapakah yang menjadi lawannya itu ? Apakah obatnya ?

Contoh lain, ada orang yang sudah berbulan-bulan sakit kepala berat, vertigo, Sudah bolak-balik ke dokter dan ke rumah sakit, tapi tidak sembuh juga. Pada pertemuan pertama kita sudah ada rasa, sudah bisa mendeteksi, berdasarkan kepekaan rasa, bahwa sakitnya adalah karena pengaruh gaib. Sesudah itu barulah dilakukan proses lebih lanjut, dianalisa dengan batin, ternyata sakitnya adalah karena ada sesosok gondoruwo yang bersemayam di kepalanya.

Jadi rasa adalah proses awal yang dirasakan, sebelum masuk proses selanjutnya untuk dianalisa secara batin.

Begitu juga bedanya antara kekuatan rasa dan kekuatan kebatinan.

Misalnya penggunaan secara fisik :

Kekuatan rasa dilakukan secara spontan setelah merasakan ada desakan kekuatan di dada.

Kekuatan batin dilakukan setelah menghimpun kekuatan kebatinan, sampai terasa energinya seperti aliran tenaga dalam atau tubuh terasa tebal berselimut energi, dan setelah mantap batinnya barulah kekuatan kebatinan itu digunakan.

Jadi, rasa adalah proses awal sebelum proses selanjutnya secara batin.

Ilham itu seperti ide-ide pemikiran yang terbersit di dalam pikiran, yang mungkin sebelumnya tidak terpikirkan. Tapi ide-ide pemikiran itu bisa juga merupakan jawaban dari suatu permasalahan.

Firasat adalah rasa tentang suatu kejadian yang merupakan pertanda akan terjadinya kejadian yang lain. Biasanya ditandai dengan rasa enak atau tidak enak di hati ketika kejadian pertanda itu terjadi. Jadi suatu kejadian yang merupakan pertanda / firasat ini bukanlah sekedar pengkultusan yang menyama-ratakan bahwa terjadinya suatu kejadian pasti berarti akan terjadi suatu kejadian yang lain.

Misalnya akan berangkat ujian pendidikan. Ketika sedang berbenah, pulpen kita jatuh. Seketika itu juga muncul rasa tidak enak di hati. Ternyata kemudian kita

memang tidak lulus ujian.

Dalam hal ini, kejadian pulpen jatuh itu menjadi pertanda bahwa usaha kita akan gagal. Rasa tidak enak di hati merupakan sebuah tanda / firasat bahwa kita akan mengalami kejadian yang tidak menyenangkan.

Tetapi jangan dijadikan pengkultusan bahwa kalau pulpen kita jatuh berarti ujian kita akan gagal, sehingga kita akan berusaha supaya pulpen kita tidak jatuh.

Firasat itu ditandai dengan rasa di hati, bukan sekedar pada kejadiannya. Diperlukan kepekaan rasa untuk bisa merasakan kejadian yang merupakan sebuah pertanda. Firasat ini menjadi bentuk peringatan supaya kita lebih berhati-hati dan waspada dan mengusahakan yang terbaik, supaya kejadian yang tidak menyenangkan tidak sampai benar-benar terjadi pada kita.

Intuisi adalah keseluruhan ide dan ilham, firasat, feeling, insting, wangsit, prediksi, dsb, yang mengalir di dalam pikiran yang biasanya digunakan untuk mengambil keputusan tertentu. Ada tipe orang-orang tertentu yang dalam mengambil keputusan tertentu lebih mengandalkan feeling / insting, yang keseluruhannya disebut intuisi, dan tidak mempertimbangkan bukti-bukti lain atau perhitungan tertentu sebagai dasar pertimbangan.

Wahyu, dalam bahasa sehari-hari di masyarakat ada yang diartikan sama dengan wangsit, yaitu suatu bentuk pemberitahuan / bisikan gaib kepada seseorang tentang akan terjadinya suatu kejadian tertentu.

Pengertian Wahyu secara umum adalah diturunkannya restu Tuhan (Dewa) kepada seseorang yang *kewahyon* sesuai tujuan wahyunya. Wahyu ini hanya diturunkan kepada orang-orang tertentu yang para Dewa berkenan, bukan kepada sembarang orang, sehingga walaupun seseorang melakukan tapa brata atau bertirakat di tempat yang wingit, tidak pasti kemudian orang itu akan mendapatkan wahyu.

Rasa dan firasat seringkali dianggap tahyul dan klenik, karena itu kita harus bisa membedakan sesuatu rasa, apakah itu hanya rasa biasa saja atukah rasa yang merupakan suatu pertanda tentang suatu kejadian. Belajarlah peka terhadap bisikan-bisikan nurani. Jangan mengabaikan bisikan hati dan firasat, tetapi juga jangan mengada-ada, jangan melebih-lebihkan, jangan ber-ilusi.

Kekuatan batin dan kepekaan rasa berguna juga untuk mendeteksi keberadaan makhluk gaib, bukan untuk melihat gaib. Kalau terbiasa mengasah kepekaan rasa batin, biasanya sukma kita juga akan bekerja, sehingga kita dapat mendeteksi keberadaan sesuatu gaib dan bisa juga terbayang sosoknya seperti apa. Kalau fokus kita bisa kuat dan lama dengan kepekaan rasa, maka gambaran gaib yang kita terima juga akan lebih jelas. Dengan cara ini kita menjalin komunikasi dengan sukma kita, sehingga pemberitahuan dari mereka berupa ilham dan gambaran-gambaran gaib bisa kita terima dengan baik sinyalnya.

Dalam proses pembelajaran kebatinan dan spiritual, yang pertama dan yang utama harus dimiliki dahulu adalah kepekaan rasa batin, bukan kemampuan melihat gaib, bukan juga pembukaan cakra-cakra tubuh. Kepekaan rasa itu juga yang nantinya akan berlanjut dengan ide-ide / ilham yang mengalir di dalam pikiran yang mengantarkan pada pengetahuan yang lebih tinggi. Setelah dengan kepekaan rasa seseorang dapat merasakan sesuatu yang bersifat gaib, yang tidak dapat diindera dengan mata fisik, barulah kemudian dipertegas dengan cara melihat gaib, atau dengan cara-cara kebatinan yang lain. Kalau terbiasa mengasah kepekaan rasa batin, biasanya sukma kita juga akan bekerja, sehingga walaupun tidak bisa melihat gaib, tetapi kita dapat juga mendeteksi keberadaan sesuatu gaib dan bisa terbayang sosoknya seperti apa, termasuk sosok gaib yang berdimensi tinggi.

Walaupun tidak harus, tetapi kepekaan rasa seringkali harus diasah melalui perkumpulan kebatinan / spiritual atau berkumpul dengan orang-orang yang gemar dengan hal-hal gaib.

## **Belajar Olah Rasa**

Berikut ini kami tuliskan cara olah rasa sederhana yang diawali dengan meditasi sederhana untuk mempertajam kepekaan rasa pada ujung-ujung jari tangan kita. Meditasi ini untuk belajar merasakan adanya setruman listrik halus pada benda jimat / mustika / pusaka sebagai tanda bahwa benda itu berpenghuni gaib (ada kandungan energinya). Ini adalah cara sederhana untuk mendeteksi apakah sebuah benda ada isi gaibnya atautkah kosong, bukan untuk mengetahui gambaran sosok gaibnya atau kegunaannya. Tetapi bila kepekaan batin / rasa sudah terbentuk, biasanya juga dapat terbayang sosok gaib dan kegunaan / tuahnya.

Meditasinya bisa dilakukan dengan duduk di kursi ataupun duduk bersila, bisa 5 menit atau lebih (terserah anda) dan bisa dilakukan sambil berdoa / zikir :1.

Duduklah dengan santai, tetapi tidak terlalu santai.

Kedua tangan diletakkan di atas paha dan terbuka menghadap ke atas.

Ujung ibu jari (jempol) ditempelkan dengan ujung jari tengah.

Pejamkan mata. Dalam kondisi terpejam, pandangan mata diarahkan santai ke bawah.

2. Tariklah nafas panjang dengan halus dan lepaskan juga dengan halus. Lakukan dengan rileks.

Rasakan jalannya nafas. Rasakan detak jantung anda.

3. Tenangkan hati dan pikiran anda.

Sekalipun suasana tempat anda ramai, usahakan dapat mencari keheningan di

dalam keramaian.

Bisa juga sambil berdoa / zikir.

4. Ulangi langkah-langkah di atas sampai anda dapat merasakan ketenangan dan keheningan dan

bisa merasakan setruman listrik halus di ujung ibu jari dan ujung jari tengah.

Bila setruman itu sudah dapat dirasakan, teruskan saja sampai setrumnya terasa kencang di jari-jari tangan anda.

Jari tengah kemudian bisa diganti dengan jari telunjuk atau jari manis atau tangan mengepal, supaya

semua jari dan kepalan tangan mendapatkan ketajaman rasa yang sama.

5. Sebagai penutup, bentangkan kedua tangan ke samping dan hiruplah udara bersih yang panjang

beberapa kali dan rasakan energi alam yang segar mengisi tubuh, hati dan pikiran anda dan setelah

itu anda merasa bersih, sehat dan segar dan siap kembali beraktivitas.

Penggunaannya sebagai berikut :

#### Tahap 1.

Tahap-tahap latihan olah rasa berikut ini bisa dilakukan sambil bermeditasi atau bisa juga sambil fokus bersugesti / membayangkan benda gaibnya / lokasinya.

Benda yang akan kita rasakan keberadaan gaibnya kita pegang dengan ujung ibu jari dan jari tengah, atau digenggam. Untuk benda keris atau tombak dan sejenisnya, sentuhannya harus dilakukan di bagian logam kerisnya, bukan di gagang kayunya. Lakukan dengan cara santai dan sopan. Pegangan tangan rileks, tidak kaku / keras menggenggam. Tenangkan hati dan pikiran. Gunakan kepekaan rasa, fokus pada benda yang sedang dipegang.

Bila benda tersebut berpenghuni gaib di dalamnya, biasanya akan terasa di tangan kita rasa setruman tipis. Bila rasa setrum itu kurang terasa, anda dapat berkata dalam hati tetapi diarahkan kepada benda tersebut, kontak batin, seolah-olah anda berkomunikasi dengannya : " Jika batu / keris ini ada isi gaibnya, tolong berikan getaran kencang di tangan saya ". Lakukan sugesti tersebut beberapa kali sampai anda yakin dengan rasa getaran di tangan anda.

Jika benda tersebut ada berpenghuni gaib, biasanya akan dapat dirasakan setruman energinya di tangan anda, bahkan ada yang sampai membuat genggam tangan seperti terasa keras kesemutan. Bila kosong tidak berpenghuni gaib, maka tidak akan ada rasa setrumannya. Dalam hal ini kita harus teliti menentukan apakah rasa

setruman yang kita rasakan di tangan kita, jika ada, apakah benar berasal dari benda tersebut ataukah berasal dari tangan kita sendiri, jangan sampai keliru. Dalam hal ini kita harus fokus pada setruman yang berasal dari benda tersebut, bukan sekedar pada rasa setruman di tangan kita.

Masing-masing benda yang berpenghuni gaib, akan memberikan rasa setruman yang berbeda-beda. Ada yang setrumannya halus tipis, ada yang keras terasa. Halus atau kerasnya rasa setruman itu tidak menandakan tingkat kesaktian atau kekuatan gaib di dalamnya, tetapi hanya menandakan perangnya yang halus ataukah berwatak keras.

Cara ini juga dapat digunakan untuk merasakan posisi keberadaan suatu makhluk gaib di dalam suatu ruangan atau lokasi tertentu. Dengan telapak dan ujung-ujung jari tangan kita merasakan posisi tempat keberadaan gaibnya.

Cara ini juga dapat digunakan untuk merasakan keberadaan suatu makhluk gaib di dalam tubuh seseorang untuk mengetahui apakah sakit yang diderita oleh seseorang adalah sakit biasa ataukah karena adanya pengaruh energi negatif dari suatu sosok gaib di tubuhnya. Dengan telapak dan ujung-ujung jari tangan kita merasakan posisi tempat keberadaan gaibnya. Bila cara ini dilakukan terhadap bagian tubuh seseorang, lakukanlah pendeteksian pada jarak beberapa sentimeter dari kulitnya.

Pada bagian yang berpenghuni gaib kita akan merasakan bukan hanya rasa panas / hangat / dingin dari hawa energi si makhluk gaib, tetapi juga rasa setruman dari energinya di tangan kita. Cobalah beberapa kali di posisi lain di sekitarnya. Posisi dimana suatu makhluk halus berada akan memberikan rasa yang berbeda dengan posisi lain yang tidak berpenghuni makhluk halus.

Bila kepekaan batin / rasa sudah terbentuk, biasanya juga dapat terbayang sosok wujud gaibnya dan tujuan keberadaannya disitu dan anda juga dapat merasakan adanya rasa tertekan di dada.

**Harus diperhatikan** : cara ini termasuk berbahaya. Lakukanlah secara hati-hati dan sopan. Pada saat kita latihan tersebut, jangan berpikir dan bersikap bahwa kita akan melawan makhluk halus tersebut atau adu kuat dan tidak takut, apalagi menantang, tetapi tanamkan dalam hati bahwa kita hanya berusaha untuk belajar mendeteksi. Jika selama berada di tempat tersebut kita merasakan rasa merinding dan rasa takut yang mencekam, itu berarti ada makhluk halus yang tidak suka dengan kehadiran kita. Untuk amannya, sebaiknya kita menyingkir saja. Yang penting: sama-sama selamat.

Tahap 2.

Bila kita sudah cukup mahir melakukan cara-cara di atas dan dapat meng sugestikan diri kita sendiri untuk dengan pasti menemukan posisi keberadaan suatu makhluk halus, cara deteksi ini dapat ditingkatkan dengan melakukannya dari jarak yang cukup jauh dari target sasaran yang akan kita deteksi, tidak harus kita datang mendekati dan menyentuhnya.

Sebagai awal latihan tahap kedua ini, kita lakukan dahulu cara pertama di atas sampai mahir, yaitu mendeteksi keberadaan suatu makhluk gaib dengan mencari setrumannya di tangan kita. Cobalah kita bedakan dengan lokasi lain di dekatnya sampai kita yakin bahwa disitu benar terdapat sesuatu yang "gaib".

Kemudian kita coba dari jarak beberapa meter dari lokasi tersebut, julurkan tangan anda dan sugestikan atau bayangkan dalam pikiran bahwa tangan anda terjulur dan bisa mencapai target sasaran dan bisa merasakan keberadaan energi gaibnya dan bandingkan dengan posisi lain di sekitarnya.

Perhatikan rasa di tangan dan rasa di dada mengenai jawaban keberadaan makhluk halus tersebut.

Pada tempat yang berpenghuni gaib kita akan merasakan ada setrum halus di jari-jari tangan kita dan adanya rasa berat tertekan di dada kita. Rasa itu tidak akan kita dapatkan dari lokasi / posisi lain yang tidak berpenghuni gaib.

Bila telah mendapatkan suatu posisi yang berpenghuni gaib, cobalah untuk membayangkan sosok gaibnya seperti apa (biarkan ilham mengalir sendiri memberikan suatu bayangan gaib, jangan kita membayangkan-bayangkan sosoknya atau ber-ilusi). Latihlah terus sampai anda yakin berhasil menguasai tahap kedua ini. Tahap 3.

Setelah cukup mahir dengan tahapan pertama dan kedua di atas, cobalah tahapan ketiga.

Pada tahapan ketiga ini cobalah untuk memperhatikan rasa di dada ketika anda melakukan cara pertama dan kedua di atas. Jika kita sudah dapat merasakan rasa berat tertekan di dada, jika kita berada di dalam suatu ruangan atau lokasi yang berpenghuni gaib, biasanya secara otomatis kita akan merasakan rasa berat tertekan di dada. Kendalikan rasa tertekan di dada itu dengan cara menekan nafas (bukan dengan cara mengatur nafas, tetapi dengan menekan nafas) dan otot perut ditegangkan. Setelah kondisi anda normal kembali, latihan berikutnya dapat dimulai kembali.

Tahapan ketiga dilakukan dengan tidak menjulurkan tangan. Cukup sugestikan / bayangkan tangan anda terjulur mencapai target sasaran dan bisa merasakan keberadaan energi gaibnya dengan memperhatikan rasa di dada (cara ini bisa juga dilakukan dengan mengedepankan rasa di dada, dengan membusungkan dada seolah-olah membenturkan rasa di dada dengan keberadaan energi makhluk halus di

hadapan kita).

Dengan cara ini kita belajar peka terhadap suasana alam di sekitar kita. Ketika konsentrasi anda terfokus pada posisi yang berpenghuni gaib, anda akan merasakan getaran dan rasa berat di dada. Coba juga dibayangkan sosok gaibnya seperti apa.

Setelah anda cukup mahir dengan tahapan ketiga ini, anda akan dapat mendeteksi keberadaan makhluk gaib di sekitar anda, atau mendeteksi keberadaan makhluk halus di suatu tempat hanya dengan berdiam diri saja, atau dengan melihat lokasinya saja dari jauh, atau hanya dengan melihat fotonya saja, atau hanya dengan membayangkan suatu lokasi yang sudah pernah anda lihat sebelumnya, atau membayangkan lokasi yang disebutkan oleh orang lain yang bertanya kepada anda, dengan mengsuggesti diri untuk kontak batin atau kontak rasa dengan makhluk gaibnya atau dengan lokasinya.

#### Tahap 4.

Pada tahapan ini kita tingkatkan kualitas kemampuan kita di atas, yaitu selain mempertajam kepekaan rasa tentang posisi keberadaan suatu makhluk halus dengan rasa tertekan di dada, juga mempertajam kepekaan rasa untuk mendapatkan informasi mengenai seperti apa wujud sosok gaibnya (melalui ilham gambaran gaib yang mengalir dalam benak kita) dan belajar berkomunikasi langsung dengan sosok gaibnya.

Usahakan untuk tidak mengedepankan pikiran, tetapi satukan rasa dengan keberadaan sosok gaibnya. Jika gambaran sosok gaibnya sudah didapatkan, terbayang di dalam pikiran anda, walaupun samar, fokuskan batin anda untuk memperjelas gambaran sosok gaib itu. Jika dalam proses ini anda merasa takut, atau merasakan rasa yang tidak baik, sebaiknya jangan diteruskan. Mungkin kondisinya memang berbahaya.

Cara yang lebih aman adalah menerawang sosok gaib dari sebuah benda gaib, seperti keris, batu akik atau mustika, atau bisa juga dilakukan kepada sosok khodam pendamping, jika anda memilikinya. Usahakan untuk tidak mengedepankan pikiran, tetapi satukan rasa dengan keberadaan energi dan sosok gaibnya. Jika gambaran sosok gaibnya sudah didapatkan, walaupun samar, fokuskan batin anda kepada sosok gaib itu untuk mempertajam penglihatan batin anda.

Sambil kita fokuskan batin kepada sosok gaib itu sampaikan pertanyaan-pertanyaan kita mengenai benda gaib itu kepada sosok gaib itu, apa tuahnya, bagaimana kecocokkannya dengan seseorang, dsb, dengan cara berkata-kata di dalam hati tetapi ditujukan kepadanya. Dengan cara ini juga kita belajar "mendengar" secara kontak batin jawaban komunikasi dari sosok gaib itu berupa ilham yang mengalir

dalam benak kita. Lakukanlah dengan hormat.

Dalam semua laku kebatinan dan spiritual kita harus mengedepankan batin, bukan pikiran. Karena itu dalam proses latihan di atas kita harus mengedepankan batin, bukan pikiran. Biarkan ilham dan gambaran gaib mengalir di pikiran kita. Jika dalam kondisi itu kita beralih menggunakan pikiran, maka kemudian aliran kontak batin itu akan terputus, sehingga terpaksa kita harus mengulang lagi dari awal.

Bila kita berhasil menguasai tahapan ini berarti kita sudah belajar mempertajam kepekaan rasa batin, sehingga walaupun keberadaan suatu sosok makhluk halus tidak terasakan / terdeteksi kehadiran energinya dan tidak dapat dilihat dengan kemampuan melihat gaib (karena makhluk halus yang berdimensi tinggi semakin sulit dirasakan keberadaan energinya dan semakin sulit dilihat dengan penglihatan gaib mata ketiga), tetapi kita bisa mendeteksi keberadaannya dengan adanya rasa berat di dada pada jarak yang cukup jauh (sebelum muncul rasa merinding) dan bisa juga terbayang sosoknya seperti apa. Selain itu kita juga sudah belajar mengetahui tujuan keberadaan suatu makhluk halus, sifatnya berbahaya atau tidak, dsb.

Bila anda cukup mahir dengan tahapan keempat ini, berarti anda sudah melatih kepekaan dan ketajaman rasa batin, dan bila dengan cara ini anda juga dapat mengetahui wujud sosok-sosok gaib yang anda temui (dengan ilham gambaran gaib yang mengalir di pikiran anda), berarti anda sudah memasuki tahapan cara melihat gaib dengan batin. Setelah anda mahir dengan semuanya itu, intuisi anda akan tajam dalam banyak hal. Anda juga dapat berperan sebagai konsultan supranatural untuk teman-teman anda.

Kelemahan melihat gaib secara batin adalah sifat penglihatannya yang tidak langsung, dan seringkali terjadi pada para pemula, penglihatannya hanya bisa dibatin saja, mengawang-awang, tidak bisa dipastikan apakah yang dilihatnya itu sungguh atau hanya halusinasi saja. Kelemahan ini bisa diatasi kalau saja kita dapat berinteraksi langsung secara energi dengan sosok-sosok gaib yang kita lihat seperti dengan cara-cara di atas, sehingga kita dapat memastikan bahwa sosok itu benar ada di tempat keberadaannya yang kita lihat. Pada orang-orang kebatinan jaman dulu, kegaiban batin dan sukma mereka selain bisa untuk mendeteksi suasana gaib di lingkungan mereka, mereka juga dapat menggerakkan kekuatan batin dan sukma mereka untuk mengusir / menyerang / menarik / menundukkan atau berkomunikasi dengan sosok-sosok gaib, sehingga kelemahan melihat gaib secara batin itu tidak berlaku bagi mereka. Kelemahan itu hanya terjadi pada orang-orang yang hanya mengandalkan kepekaan rasa dan batin saja, dan tidak mempunyai kemampuan lain yang lebih dari itu.

Karena itu sebaiknya kita melatih olah energi, dengan latihan tenaga dalam murni atau meditasi energi (baca: Meditasi dan Terapi), atau cara-cara kebatinan yang ada. Satu hal yang harus diperhatikan, gunakan selalu sebelumnya untuk pagaran diri,

dan jika naluri anda merasakan hal berbahaya, sebaiknya jangan diteruskan. Yang penting : sama-sama selamat.

Bagi anda yang sudah mengikuti pelatihan tenaga dalam murni, maka dalam rangka mendeteksi keberadaan makhluk halus di atas anda dapat memancarkan energi anda melalui telapak tangan dan usahakan peka rasa untuk merasakan adanya benturan energi anda dengan energi sosok makhluk halusnya (sugestikan bahwa energi anda tidak bersifat menyerang atau mengganguya, hanya bersentuhan saja). Dari rasa benturan energi itu cobalah untuk menentukan bentuk wujud makhluk halus tersebut, besar-kecilnya, dsb.

Dalam penggunaan sehari-hari kepekaan rasa dapat digunakan untuk merasakan suasana alam di sekitar anda. Misalnya ada teman anda yang sedang sakit. Dengan kepekaan rasa anda bisa mengetahui apakah teman anda itu sakit biasa ataukah sakit karena gangguan / ketempelan makhluk halus. Rumah anda atau di suatu tempat lain anda bisa merasakan bila tempat tersebut berpenghuni gaib. Sama dengan melihat orang lain atau fotonya, kita bisa merasakan apakah orang tersebut berwatak baik atau jahat. Begitu juga dengan makhluk halus dan khodam, kita bisa merasakan hawa teduh, atau panas, baik atau jahat, berbahaya atau tidak, dsb. Begitu juga dengan suasana alam di sekitar kita, rasanya akan berbeda kalau ada keberadaan sosok kuntilanak, atau jin, atau gondoruwo, atau ada keberadaan mustika dan pusaka di alam gaib, dsb. Sosok-sosok halus yang kita rasakan keberadaannya juga bisa dikenali perwatakannya, apakah berwatak baik atau jahat, dari golongan putih ataukah hitam.

Berarti tinggal ditambah lagi melatih kepekaan rasa supaya bisa juga mengenali hawa / rasa masing-masing sosok halus, karena masing-masing sosok halus mempunyai rasa sendiri-sendiri mengenai hawa / aura energinya, sesudah itu barulah dipertegas dengan melihat gaib untuk melihat rupa sosoknya.

Cara lain mengolah kepekaan rasa dan bagi anda yang memiliki benda-benda gaib, khodam pendamping atau ketempatan khodam leluhur, ada beberapa panduan yang berguna untuk mengoptimalkan fungsinya, seperti yang tertulis dalam : - Ilmu Tayuh / Menayuh Keris

- Menyatukan Keris dgn Pemilik.
- Mengoptimalkan Fungsi Keris

**Kekuatan Rasa** Olah rasa berhubungan dengan kepekaan rasa batin dan indra ke 6 manusia. Dengan rasa, orang akan lebih peka terhadap sesuatu yang bersifat gaib, dapat mendeteksi / merasakan keberadaan sesuatu gaib, dapat mendeteksi apakah sakit yang diderita oleh seseorang merupakan sakit biasa ataukah karena

adanya pengaruh energi negatif dari suatu sosok makhluk halus (ketempelan gaib, kesambet, disantet, guna-guna, dsb), dapat mengetahui cara penyembuhannya dan dapat merasakan sesuatu yang akan terjadi (feeling / intuitif). Setelah dengan cara-cara latihan kepekaan rasa di atas anda juga dapat merasakan rasa tekanan / desakan di dada, berarti anda sudah mulai dapat merasakan kekuatan rasa di dada. Latihlah terus cara-cara di atas untuk membangkitkan dan menghimpun kekuatan rasa di dada. Kekuatan rasa adalah dasar dari tenaga batin (dasar dari kekuatan sukma yang mengisi tubuh seseorang).

Kekuatan rasa dapat anda manfaatkan dalam kehidupan sehari-hari. Cara menggunakan kekuatan itu tidaklah dengan dipikirkan dahulu atau dengan mengempos seluruh tenaga, tetapi harus dilakukan secara spontan bersamaan dengan rasa desakan nafas di dada (ada timing waktunya).

Misalnya akan mengangkat beban yang berat, maka mengangkatnya harus dilakukan secara spontan bersamaan dengan adanya rasa desakan nafas di dada. Dengan cara itu bebannya akan terasa lebih ringan. Kekuatan pukulan yang dilambiri kekuatan rasa efeknya juga berkali-kali lipat dibandingkan pukulan biasa sepenuh tenaga (ada efek gaibnya). Jika anda dapat menyatukan kekuatan rasa ke seluruh tubuh, menjadikan tubuh terasa tebal bertenaga, hasilnya akan luar biasa, kekuatan anda akan sama seperti 10 orang sekaligus. Apalagi kalau anda juga mempunyai tenaga dalam, jika bisa menyatukannya dengan kekuatan rasa maka efeknya akan menjadi berlipat-lipat.

Kekuatan rasa ini juga mempunyai kegaiban tersendiri jika diwujudkan dalam kata-kata. Berkata-kata dengan dilambiri getaran kekuatan desakan rasa di dada pengaruhnya akan sama seperti menggunakan ajian kewibawaan / penundukkan, ajian *gelap ngampar*, *gelap sayuta*, *gelap sakti* atau *senggoro macan*.

Dengan demikian tanpa ajian / amalan gaib kesaktian dan tanpa tambahan khodam, dengan kekuatan rasa itu kita dapat melakukan perbuatan yang pengaruhnya mirip dengan menggunakan ajian / amalan kesaktian.

Rahasia kekuatan rasa adalah adanya penyatuan kekuatan roh sedulur papat dengan roh pancer kita (secara kesatuan menjadi kekuatan sukma). Dengan menggunakan kekuatan rasa itu berarti kita sudah menyatukan kekuatan roh sedulur papat dan pancer kita, menjadi satu kesatuan kekuatan sukma, sehingga menjadi satu kesatuan perbuatan yang mempunyai efek kegaiban tersendiri, yang hasilnya akan berbeda dibanding yang hanya mengandalkan kekuatan biasa saja walaupun sepenuh tenaga.

Contoh kekuatan rasa di atas adalah contoh penggunaan kekuatan rasa pada tingkatan dasar. Dalam tingkatan kemampuan kebatinan yang tinggi kekuatan rasa ini dapat digunakan untuk segala perbuatan yang berhubungan dengan kegaiban, untuk menyembuhkan / mengusir sakit / penyakit seseorang, mengusir / menyerang

/ menundukkan / menangkap mahluk halus tingkatan rendah sampai yang kelas atas, untuk mempengaruhi / mengendalikan pikiran seseorang atau mahluk halus, untuk memusnahkan keilmuan gaib, khodam dan tenaga dalam seseorang, dan untuk menerima pengetahuan spiritual tingkat tinggi yang mengantarkan seseorang menjadi *linuwih* dan *waskita*. Kekuatan rasa menjadi dasar dari kekuatan kebatinan.

Cara penggunaannya adalah dengan menggerakkan kekuatan rasa. Seperti contoh latihan belajar olah rasa di atas, setelah dengan rasa di dada kita bisa merasakan keberadaan sesosok mahluk halus, kemudian dengan menekan rasa, kita mendesak / mendorong keberadaan sosok halus itu pindah dari posisinya semula, atau menekan rasa untuk menyingkirkan jenis-jenis bakteri, virus, dsb, dari sakit-penyakit seseorang (dibuang jauh ke luar angkasa).

Harap diperhatikan, penggunaan kekuatan rasa di atas adalah dengan menekan rasa untuk mendorong atau menggeser posisi keberadaan sesosok mahluk halus, bukan untuk menusuk / menyerang, jangan sampai malah berbalik mahluk halus itu kemudian menyerang kita. Kita sendiri harus bisa mengukur kekuatan kita, jangan sampai ternyata kekuatan kita lebih rendah daripada sosok halus itu, sehingga kemudian kita menjadi celaka. Kalau belum kuat secara kebatinan, kekuatan rasa itu jangan digunakan untuk menyerang.

Karena itu sebelumnya kita harus belajar "membangun" kekuatan rasa dan kebatinan terlebih dulu. Selain meningkatkan kemahiran latihan oleh rasa di atas, membangun kekuatan rasa dan kebatinan bisa juga mengikuti seperti dalam tulisan :

- Sedulur Papat Kalima Pancer
- Kebatinan dalam Keagamaan
- Meditasi Energi
- Sukma Sejati

Sedapat mungkin semua kekuatan kebatinan dan energi yang berhasil dihimpun dapat diolah menjadi kekuatan rasa dan dapat disatukan dengan kepekaan rasa, supaya menjadi satu kesatuan kemampuan

Laku prihatin lan tirakat

Kebatinan adalah sesuatu yang dirasakan manusia pada batin yang paling dalam, dan terjadi pada siapa saja, termasuk pada orang-orang yang sangat tekun dan murni dalam agamanya, karena setiap agama pun mengajarkan juga tentang apa yang dirasakan hati dan batin, mengajarkan untuk selalu membersihkan hati, bagaimana harus berpikir dan bersikap, dsb. Dalam masing-masing firman dan sabda terkandung makna kebatinan yang harus dihayati dan diamalkan oleh para

penganutnya. Bahkan panggilan yang dirasakan seseorang untuk beribadah, itu juga batin. Dan di dalam batin tersimpan sebuah kekuatan yang besar jika dilatih dan diolah. Kekuatan batin menjadi kekuatan hati dalam menjalani hidup dan memperkuat keimanan seseorang.

Ajaran kebatinan kejawen pada dasarnya adalah pemahaman dan penghayatan kepercayaan orang Jawa terhadap Tuhan. Kejawen atau Kejawaan (ke-jawi-an) dalam pandangan umum berisi kesenian, budaya, tradisi, ritual, sikap serta filosofi orang-orang Jawa. Kejawen mencerminkan spiritualitas orang Jawa. Ajaran kejawen tidak terpaku pada aturan yang formal seperti dalam agama, tetapi menekankan pada konsep “keseimbangan dan keharmonisan hidup”. Kebatinan Jawa merupakan tradisi dan warisan budaya leluhur sejak jaman kerajaan purba, jauh sebelum hadirnya agama-agama di pulau Jawa, yang pada prakteknya, selain berisi ajaran-ajaran budi pekerti, juga diwarnai ritual-ritual kepercayaan dan ritual-ritual yang berbau mistik.

Secara kebatinan dan spiritual dipahami bahwa kehidupan manusia di alam ini hanyalah sementara saja, yang pada akhirnya nanti semua orang akan kembali lagi kepada Sang Pencipta. Manusia, bila hanya sendiri, adalah bukan apa-apa, bukan siapa-siapa, lemah dan fana. Karena itulah manusia harus bersandar kepada kekuatan dan kekuasaan yang lebih tinggi (roh-roh dan Tuhan), dan beradaptasi dengan lingkungan alam dan memeliharanya, bukan melawannya, apalagi merusaknya. Lebih baik untuk menjaga sikap dan tidak membuat masalah. Memiliki sedikit lebih baik, daripada berambisi mencari ‘lebih’. Dengan demikian idealisme kebatinan jawa menuntun manusia pada sikap menerima, sabar, rendah hati, sikap tahu diri, kesederhanaan, suka menolong, tidak serakah, tidak berfoya-foya / berhura-hura, dsb. Idealisme inilah yang menjadikan manusia hidup tenteram dan penuh rasa syukur kepada Tuhan.

Mereka terbiasa hidup sederhana dan apapun yang mereka miliki akan mereka syukuri sebagai karunia Allah.

Mereka percaya adanya 'berkah' dari roh-roh, alam dan Tuhan, dan kehidupan mereka akan lebih baik bila mereka 'keberkahan'. Karena itu dalam budaya Jawa dikenal adanya upaya untuk selalu menjaga perilaku, kebersihan hati dan batin dan ditambah dengan laku prihatin dan tirakat supaya hidup mereka diberkahi. Mereka tekun menjalankan “laku” untuk pencerahan cipta, rasa, budi dan karsa.

Laku adalah usaha / upaya.

Prihatin adalah sikap menahan diri, menjauhi perilaku bersenang-senang *enak-enakan*.

Tirakat adalah usaha-usaha tertentu sebagai tambahan, untuk terkabulnya suatu keinginan.

Hakekat dan tujuan dari laku prihatin dan tirakat adalah usaha untuk menjaga agar kehidupan manusia selalu 'keberkahan', selamat dan sejahtera dalam lindungan Tuhan, agar dihindarkan dari kesulitan-kesulitan dan terkabul keinginan-keinginannya. Proses laku mendorong dan mengarahkan perilaku seseorang agar selalu bersikap positif dan menjauhi hal-hal yang bersifat negatif dan tidak bijaksana, demi tercapainya tujuan hidup.

Di luar segala bentuk laku prihatin yang dijalankan manusia, ada laku lain yang sifatnya sangat mendasar, yaitu puasa hati dan batin, senantiasa menjaga sikap hati dan batin, yang dalam kesehariannya dilakukan tanpa kelihatan bentuk lakunya.

Laku prihatin yang biasa dilakukan pada dasarnya adalah :

1. Membersihkan hati dan batin dan membentuk hati yang tulus dan ikhlas.
2. Hidup sederhana dan tidak tamak, selalu bersyukur atas apa yang dimiliki.
3. Mengurangi makan dan tidur.
4. Tidak melulu mengejar kesenangan hidup.
5. Menjaga sikap *eling lan waspada*.

Di dalam tradisi spiritual kejawen, seorang penghayat kejawen biasa melakukan puasa dan laku prihatin dengan hitungan hari tertentu, biasanya disesuaikan dengan kalender jawa, misalnya puasa senin-kamis, wetonan, selasa kliwon, jum'at kliwon, dsb.

Puasa tersebut dimaksudkan untuk menjadikan hidup mereka lebih 'bersih' dan keberkahan, sekaligus juga bersifat kebatinan, yaitu untuk memelihara kepekaan batin dan memperkuat hubungan mereka dengan saudara kembar gaib mereka yang biasa disebut 'Sedulur Papat', sehingga puasa itu juga memelihara 'berkah' indera keenam seperti peka firasat, peka terhadap petunjuk gaib / pertanda, peka tanda-tanda alam, dsb.

Laku prihatin pada prinsipnya adalah perbuatan sengaja untuk menahan diri terhadap kesenangan-kesenangan, keinginan-keinginan dan nafsu / hasrat yang tidak baik dan tidak bijaksana dalam kehidupan. Laku prihatin juga dimaksudkan sebagai upaya menggembleng diri untuk mendapatkan 'ketahanan' jiwa dan raga dalam menghadapi gelombang-gelombang dan kesulitan hidup. Orang yang tidak biasa laku prihatin, tidak biasa menahan diri, akan merasakan beratnya menjalani laku prihatin.

Laku prihatin dapat dilihat dari sikap seseorang yang menjalani hidup ini secara tidak berlebih-lebihan. Idealnya, hidup ini dijalani secara proporsional, selaras dengan apa yang benar-benar menjadi kebutuhan hidup, dan tidak melebihi batas nilai kepantasan atau kewajaran (tidak berlebihan dan tidak pamer). Walaupun kepemilikan kebendaan seringkali dianggap sebagai ukuran kualitas dan keberhasilan hidup seseorang, dan sekalipun seseorang sudah jaya dan berkecukupan, laku prihatin dapat dilihat dari sikapnya yang menahan diri dari perbuatan-perbuatan yang tidak baik, tidak pantas, tidak bijaksana, dan menahan diri dari perilaku konsumtif berlebihan. Menjalani laku prihatin juga tidak sama dengan menahan diri karena hidup yang serba kekurangan.

Laku prihatin melandasi perbuatan yang bermoral.

Prihatinnya Orang Miskin Harta.

Walaupun seseorang kekurangan harta, tetapi dia tidak mengisi hidupnya dengan kesedihan, rasa iri dan dengki dan tidak mengejar kekayaan dengan cara tercela. Tetap hidup sederhana sesuai kebutuhannya dan tidak menginginkan sesuatu yang bukan miliknya. Walaupun tidak dapat memenuhi keinginan kebendaan duniawi

secara berlebihan, tetapi tetap menjalani hidup dengan rasa menerima dan bersyukur. Dan sekalipun menolong dan membantu orang lain, tetapi dilakukan tanpa pilih kasih dan tanpa pamrih kebendaan, dengan demikian hidupnya juga memberkahi orang lain.

Filosofinya : makan untuk hidup, bukan hidup untuk makan (hewan). *Urip iku mung mampir ngumbe thok.*

*Hidup seperlunya saja sesuai kebutuhan, bukannya mengejar / menumpuk harta atau apapun juga yang nantinya toh tidak akan dibawa mati ke dalam kubur.*

Sekalipun mereka miskin harta, tetapi kaya di hati, *sugih tanpa bandha*. Berbeda dengan orang yang berjiwa miskin, yang sekalipun sudah berkecukupan harta, tetapi selalu merasa takut miskin, dan akan melakukan apa saja, termasuk perbuatan yang tercela, untuk terus menambah kekayaannya.

Prihatinnya Orang Kaya Harta.

Walaupun seseorang berlebihan harta, tetapi tidak mengisi hidupnya dengan kesombongan dan bermewah-mewahan. Tetap hidup sederhana sesuai kebutuhannya dan tidak memenuhi segala keinginan melebihi apa yang menjadi kebutuhan.

Seseorang yang kaya berlimpah harta, memiliki banyak benda yang bagus dan mahal harganya dan melakukan pengeluaran yang "lebih" untuk ukuran orang biasa, bukan selalu berarti tidak menjalani laku prihatin. Namun hidup yang bermewah-mewahan sama saja dengan hidup berlebih-lebihan (melebihi apa yang menjadi kebutuhan), inilah yang disebut tidak menjalani laku prihatin.

Orang kaya harta, yang selalu mengsyukuri kesejahteraannya, akan tampak dari sikap hatinya yang selalu memberi 'lebih' kepada orang-orang yang membutuhkan pemberiannya, bukan sekedar memberi, walaupun perbuatannya itu tidak ada yang melihat. Dan semua kewajibannya, duniawi maupun keagamaan, yang berhubungan dengan hartanya akan dipenuhinya, tidak ada yang dikurangkan.

Prihatinnya Orang Kaya Ilmu.

Orang kaya ilmu, baik ilmu pengetahuan maupun ilmu spiritual, akan menjalani laku prihatin dengan cara memanfaatkan ilmunya tidak untuk kesombongan dan kejayaan dan kepentingan dirinya sendiri, dan tidak untuk membodohi atau menipu orang lain, tetapi dimanfaatkan juga untuk menolong orang lain dan membaginya kepada siapa saja yang layak menerimanya, tanpa pamrih kehormatan atau upah.

Prihatinnya Orang Berkuasa.

Seorang penguasa hidup prihatin dengan menahan kesombongannya, menahan hawa nafsu sok kuasa, dan tidak memanfaatkan kekuasaannya untuk kejayaan diri sendiri dan keluarganya saja. Kekuasaan dijadikan sarana untuk menciptakan kesejahteraan bagi para bawahan dan masyarakat yang dipimpinnya. Kekuasaan dimanfaatkan untuk menciptakan negeri yang adil dan makmur, gemah ripah loh jinawi, tata titi tentrem kerta raharja, sebagaimana layaknya seorang negarawan sejati.

Seorang politikus hidup prihatin dengan tidak hanya membela kepentingannya, kelompoknya atau golongannya sendiri, atau untuk mencari popularitas, menggoyang pemerintahan yang ada, tetapi digunakan untuk mendukung pemerintahan yang ada dan meluruskan jalannya pemerintahan yang keliru, yang menyimpang, untuk kepentingan rakyat banyak.

Seorang aparat negara, aparat keamanan atau penegak hukum, hidup prihatin

dengan melaksanakan kewajiban-kewajiban tugasnya dengan semestinya dan tidak menyalahgunakan kewenangannya untuk menindas, memeras, atau berpihak kepada pihak-pihak tertentu dan merugikan pihak yang lain, mencukupkan dirinya dengan gajinya dan menambah rejeki dengan cara-cara yang halal, tidak mencuri, tidak memeras, tidak meminta / menerimasogokan.

Orang Jawa bilang intinya kita harus selalu *eling lan waspada*. Selalu ingat Tuhan. Tetapi biasanya manusia hanya mengejar kesuksesan saja, keberhasilan, keberuntungan, dsb, tapi tidak tahu pengapesannya.

Sering dikatakan orang-orang yang selalu ingat Tuhan dan menjaga moralitas, seringkali hidupnya banyak godaan dan banyak kesusahan. Kalau *eling* ya harus tulus, jangan ada rasa sombong, jangan merasa lebih baik atau lebih benar dibanding orang lain, jangan ada pikiran jelek tentang orang lain, karena kalau kita bersikap begitu sama saja kita bersikap negatif dan menumbuhkan aura negatif dalam diri kita. Aura negatif akan menarik hal-hal yang negatif juga, sehingga kehidupan kita juga akan banyak berisi hal-hal yang negatif. Di sisi lain kita juga harus sadar, bahwa orang-orang yang banyak menahan diri, membatasi perbuatan-perbuatannya, seringkali menjadi kurang kreatif dan yang didapatnya juga akan lebih sedikit dibandingkan orang-orang yang tidak menahan diri. Itulah resikonya menahan diri. Tetapi mereka yang sadar pada kemampuan dan potensi diri, peluang-peluang, dsb, dan dapat memanfaatkannya dengan tindakan nyata, akan juga dapat menghasilkan banyak, tanpa harus lupa Tuhan dan merusak moralitasnya.

Di sisi lain sering dikatakan orang-orang yang tidak ingat Tuhan atau tidak menjaga moralitas, seringkali kelihatan hidupnya lebih enak. Bisa terjadi begitu karena mereka tidak banyak beban, tidak banyak menahan diri, apa saja akan dilakukan walaupun tidak baik, walaupun tercela. Beban hidupnya lebih ringan daripada yang menahan diri. Mereka bisa mendapatkan lebih banyak, karena mereka tidak banyak menahan diri.

Di luar pandangan-pandangan di atas, sebenarnya, jalan kehidupan masing-masing makhluk, termasuk manusia, sudah ada garis-garis besarnya, sehingga bisa diramalkan oleh orang-orang tertentu yang bisa meramal. Tinggal masing-masing manusianya saja dalam menjalani kehidupannya, apakah akan banyak *eling* dan menahan diri, atautkah akan mengumbar keduniawiannya.

Dalam tradisi Jawa, laku prihatin dan tirakat adalah bentuk upaya spiritual / kerohanian seseorang dalam bentuk keprihatinan jiwa dan raga, ditambah dengan laku-laku tertentu, untuk tujuan mendapatkan keberkahan dan keselamatan hidup, kesejahteraan lahiriah maupun batin, atau juga untuk mendapatkan keberkahan tertentu, suatu ilmu tertentu, kekayaan, kesaktian, pangkat atau kemuliaan hidup. Laku prihatin dan tirakat ini, selain merupakan bagian dari usaha dan doa kepada Tuhan, juga merupakan suatu 'keharusan' yang sudah menjadi tradisi, yang diajarkan oleh para pendahulu mereka.

Ada pepatah, *puasa adalah makanan jiwa*. Semakin *gentur* laku puasa seseorang, semakin kuat jiwanya, sukmanya.

Laku puasa yang dilakukan sebagai kebiasaan rutin akan membentuk kebatinan manusia yang kuat untuk bisa mengatasi belenggu duniawi lapar dan haus, mengatasi godaan hasrat dan nafsu duniawi, dan menjadi upaya membersihkan hati dan mencari keberkahan pada jalan hidup. Akan lebih baik bila sebelum dan selama melakukan laku tersebut selalu berdoa niat dan tujuannya, mendekatkan hati dengan Tuhan, jangan hanya dijadikan kebiasaan rutin saja.

Berat-ringannya suatu laku kebatinan bergantung pada kebulatan tekad sejak awal sampai akhir. Bentuk laku yang dijalani tergantung pada niat dan tujuannya. Diawali dengan mandi keramas / bersuci, menyajikan sesaji sesuai yang diajarkan dan memanjatkan doa tentang niat dan tujuannya melakukan laku tersebut dan menjauhkan diri dari perbuatan-perbuatan jahat dan tercela. Ada juga yang melakukannya bersama dengan laku berziarah, atau bahkan tapa brata, di tempat-tempat yang dianggap keramat, seperti di gunung, makam leluhur / orang-orang linuwih, hutan / goa / bangunan yang wingit, dsb.

Ada beberapa bentuk formal laku prihatin dan tirakat, misalnya :

1. Puasa, tidak makan dan minum atau berpantang makanan tertentu.

Jenisnya :

- Puasa Senin-Kamis, yaitu puasa tidak makan dan minum setiap hari Senin dan Kamis.

- Puasa Weton, puasa tidak makan / minum setiap hari weton (hari+pasaran) kelahiran seseorang.

- Puasa tidak makan apa-apa, boleh minum hanya air putih saja.

- Puasa Mutih, tidak makan apa-apa kecuali nasi putih dan air putih saja.

- Puasa Mutih Ngepel, dari pagi sampai maghrib tidak makan dan minum, untuk sahur dan buka puasa

hanya 1 kepal nasi dan 1 gelas air putih.

- Puasa Ngepel, dalam sehari hanya makan satu atau beberapa kepal nasi saja.

- Puasa Ngeruh, hanya makan sayuran atau buah-buahan saja, tidak makan

daging, ikan, telur, terasi, dsb.

- Puasa Nganyep, hampir sama dengan Mutih, tetapi makanannya lebih beragam asalkan tidak

mempunyai rasa, yaitu tidak memakai bumbu pemanis, cabai dan garam.

- Puasa Ngrowot, dilakukan dari subuh sampai maghrib. Saat sahur dan buka puasa hanya makan buah-

buah dan umbi-umbian yang sejenis saja, maksimal 3 buah.

- Puasa Ngebleng, tidak makan dan minum selama sehari penuh siang dan malam, atau beberapa hari

siang dan malam tanpa putus, biasanya 1 - 3 hari.

2. Menyepi dan berdoa di dalam rumah. Tidak mendatangi tempat keramaian dan tidak menonton hiburan.

3. Menyepi dan berdoa di makam leluhur / orang-orang linuwih, dan di tempat-tempat yang dianggap keramat,

- tidak mendatangi tempat keramaian dan tidak menonton hiburan.
4. Berziarah dan berdoa di makam leluhur / orang-orang linuwih, dan di tempat-tempat yang dianggap keramat, seperti di gunung, pohon / goa / bangunan yang wingit, dsb.
  5. Mandi kembang telon atau kembang setaman tujuh rupa.
  6. Tapa Melek, tidak tidur, biasanya 1 - 3 hari. Tidak mendatangi tempat keramaian dan tidak menonton hiburan.
  7. Tapa Melek Ngalong, biasanya 1 - 7 hari. Siang hari boleh tidur, tetapi selama malam hari tidak tidur, tidak mendatangi tempat keramaian dan tidak menonton hiburan.
  8. Tapa Bisu dan Lelono, melakukan perjalanan berjalan kaki dan bisu tidak bicara, dari mahgrib sampai pagi, melakukan kunjungan ke makam leluhur / orang-orang linuwih atau ke tempat-tempat keramat dan berdoa.
  9. Tapa Pati Geni, diam di dalam suatu ruangan, tidak terkena cahaya apapun, selama sehari atau beberapa hari, biasanya untuk tujuan keilmuan. Ada juga yang disebut Tapa Pendem, yaitu puasa dan berdiam di dalam rongga di dalam tanah seperti orang yang dimakamkan, biasanya selama 1 - 3 hari.
  10. Tapa Kungkum, ritual berendam di sendang atau sungai, terutama di pertemuan 2 sungai (tempuran sungai), selama beberapa malam berturut-turut dan tidak boleh tertidur, dengan posisi berdiri atau duduk bersila di dalam air dengan kedalaman air setinggi leher atau pundak.

Laku prihatin dan tirakat nomor 1 sampai 5 adalah yang biasa dilakukan orang Jawa dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan kombinasi nomor 1 sampai 10 dilakukan untuk terkabulnya suatu keinginan tertentu yang bersifat khusus, biasanya supaya mendapatkan berkah tertentu, atau untuk tujuan keilmuan.

Tidak hanya dalam kehidupan keseharian, laku-laku kebatinan di atas juga seringkali dilakukan sebelum seseorang melakukan suatu kegiatan / usaha yang dianggap penting dalam kehidupannya, seperti memulai suatu usaha ekonomi, akan pergi merantau, akan hajatan nikahan, dsb. Bahkan sudah biasa bila orang-orang tua berpuasa untuk memohonkan keberhasilan kehidupan dan usaha anak-anaknya.

Masing-masing bentuk laku prihatin dan tirakat mempunyai kegunaan dan kegaiban sendiri-sendiri yang dapat dirasakan oleh para pelakunya, dan mempunyai kegaiban sendiri-sendiri dalam membantu mewujudkan tujuan laku pelakunya.

Puasa weton terkait dengan kepercayaan dan kegaiban sukma (kepercayaan pada kebersamaan roh sedulur papat). Biasanya dilakukan untuk terkabulnya suatu keinginan yang sifatnya penting, dan untuk menjaga kedekatan hubungan dengan para roh sedulur papat dan restu pengayoman dari para leluhur, supaya kuat sukmanya, selalu peka rasa dan batin, peka firasat, hidupnya keberkahan dan lancar segala urusannya. Puasa weton tidak bisa ditukar dengan puasa bentuk lain, karena sifat dan kegaibannya berbeda.

Sesuai ajaran kejawen, sebelum melaksanakan puasa berdoalah di luar rumah menghadap ke timur. Begitu juga pada malam hari selama berpuasa, berdoalah di luar rumah menghadap ke timur. Setelah selesai berpuasa berdoa juga mengucapkan syukur karena telah diberi kekuatan sehingga dapat menyelesaikan puasanya. Lebih baik lagi jika diawali atau ditutup dengan mandi kembang untuk membersihkan diri dari aura-aura negatif di dalam tubuh.

Untuk keperluan sehari-hari, misalnya untuk mempermudah jalan hidup, cukup puasa weton 1 hari (1 hari 1 malam), atau puasa Senin - Kamis saja, atau bisa juga mandi kembang saja (bisa hari apa saja sekali sebulan).

Dalam hal menjaga supaya kehidupannya selalu 'keberkahan' dan dijauhkan dari kesulitan-kesulitan, puasa ngebleng adalah yang terbaik. Biasanya dilakukan selama 1 hari 1 malam pada hari weton kelahiran seseorang.

Untuk keperluan sehari-hari untuk mempermudah jalan hidup dan mengejar sesuatu yang diinginkan, misalnya untuk kemantapan bekerja dan perbaikan posisi / karir, cukup puasa weton 1 hari saja secara rutin setiap bulan. Lebih baik lagi jika disertai dengan mandi kembang untuk membersihkan diri dari aura-aura negatif di dalam tubuh.

Dalam hal keinginan terkabulnya suatu hajat / keinginan khusus, sesuatu yang tidak terjadi setiap hari, yang biasa dilakukan adalah puasa ngebleng 3 hari 3 malam pada hari weton kelahiran seseorang.

Dalam hal keinginan terkabulnya suatu keinginan khusus yang disertai nazar, yang biasa dilakukan adalah puasa ngebleng 3 hari 3 malam pada hari weton kelahiran seseorang, dilakukan selama 7 kali (7 bulan) berturut-turut tanpa putus dan ditutup dengan suatu ritual dan sesaji penutup, atau acara tumpengan syukuran.

Dalam hal mencari suatu petunjuk gaib / wangsit, puasa ngebleng adalah yang terbaik. Biasanya dilakukan selama 3 hari 3 malam tanpa putus, hari Selasa atau Jum'at Kliwon dijepit di tengah, dan berdoa di malam hari di tempat terbuka menghadap ke timur.

Untuk melengkapi pengetahuan tentang sifat-sifat hari, di bawah ini ada beberapa petunjuk :

- Bulan Besar atau Bulan Haji adalah bulan yang paling baik untuk semua keperluan, untuk memulai usaha, pindah rumah atau pun perkawinan.
- Bulan Sura (Suro) adalah bulan yang paling tidak baik untuk semua keperluan, memulai usaha, pindah rumah atau pun perkawinan. Paling baik digunakan untuk upaya bersih diri dan lingkungan.
- Bulan Maulud adalah bulan yang paling baik untuk semua keperluan yang bersifat

sakral, untuk ritual

pembersihan diri, ritual syukuran, ritual bersih desa, ruwatan nasib / sengkala, menjamas keris, mandi kembang, berziarah, dsb.

### **Penting :**

Orang-orang yang sering melakukan laku puasa (termasuk puasa weton), biasanya kekuatan sukmanya akan meningkat. Orang-orang yang sering melakukan laku prihatin dan tirakat biasanya juga akan banyak menerima interaksi dari roh-roh lain, disadari ataupun tidak. Roh-roh itu bisa berasal dari lingkungan tempatnya berada, atau dari lingkungan tempat-tempat yang dikunjunginya (misalnya berziarah), atau juga dari roh-roh leluhur.

Bagi orang-orang tersebut, sebaiknya sering melakukan mandi kembang untuk membersihkan aura-aura negatif yang berasal dari dirinya sendiri ataupun aura negatif yang menempel yang berasal dari tempat lain, supaya terselaraskan menjadi positif. Dan bagi yang sering berpuasa, gunanya mandi kembang bagi mereka juga sama, jangan sampai bertambah kuatnya sukmanya juga menambah kuat aura-aura negatif di dalam dirinya.

### **Puasa Ngebleng.**

Puasa umumnya dimulai saat subuh dan buka puasa saat mahgrib. Malam harinya bebas makan dan minum.

Puasa 1 hari, berarti selama 1 hari berpuasa dari subuh sampai mahgrib, malam harinya bebas makan-minum.

Puasa 3 hari, berarti selama 3 hari berpuasa dari subuh sampai mahgrib, malam harinya bebas makan-minum.

Puasa 7 hari, berarti selama 7 hari berpuasa dari subuh sampai mahgrib, malam harinya bebas makan-minum.

Puasa ngebleng tidak seperti itu.

Puasa ngebleng secara sederhana bisa disebut puasa penuh 1 hari 1 malam.

Puasa ngebleng 1 hari berarti puasa penuh 1 hari 1 malam berturut-turut tanpa putus tidak makan dan minum.

Puasa ngebleng 3 hari berarti puasa penuh 3 hari 3 malam berturut-turut tanpa putus tidak makan dan minum.

Puasa ngebleng 7 hari berarti puasa penuh 7 hari 7 malam berturut-turut tanpa putus tidak makan dan minum.

Apa benar ada puasa ngebleng 7 hari 7 malam berturut-turut tanpa putus ? Ada yang sanggup ?

Bagaimana dengan puasa ngebleng 40 hari 40 malam berturut-turut tanpa putus. Siapa yang sanggup ?

Ketika seseorang berpuasa ngebleng, pada hari pertama puasanya dia akan merasakan panas, lapar dan haus, sama dengan yang dialami orang lain yang

menjalani laku puasa biasa.

Pada hari kedua, orang tersebut akan merasakan tubuhnya panas, mungkin juga sampai menyebabkannya sulit tidur di malam hari karena panasnya tubuhnya. Karena tidak juga ada makanan dan minuman yang masuk ke dalam tubuhnya, pada hari kedua itu tubuhnya mulai membakar cadangan makanan yang ada dalam tubuhnya, air, lemak, protein, gula, dsb, untuk dikonversi menjadi energi dan zat-zat makanan yang dibutuhkan oleh sel-sel tubuhnya.

Pada hari ketiga, panas tubuhnya mereda dan berkurang, rasa lapar dan haus hilang. Yang terasa hanya tubuhnya saja yang lemas karena perutnya kempis tak terisi makanan.

Puasa ngebleng pada hari ketiga itu, yang dilakukan oleh orang-orang yang bersamadi atau menyepi (walaupun di dalam rumah), tidak menonton hiburan, tidak mendatangi tempat-tempat keramaian, dan tekun berdoa / berzikir / wirid, kegaiban sukmanya akan kuat sekali dan akan memancar cukup jauh. Kegaiban itu kuat sekali sampai dapat menarik perhatian dari roh-roh leluhurnya, sehingga disadari ataupun tidak, banyak leluhurnya yang mendatangi orang tersebut untuk mengetahui apa tujuan lakunya dan akan berusaha membantu mewujudkan hajat niat dan keinginannya.

Pada hari ketiga itu, disadari atau tidak, roh sukma orang tersebut telah menguat, dan memancarkan aura kekuatan gaib yang menyebabkan roh-roh gaib tidak tahan berada di dekatnya. Berbeda dengan puasa pada orang-orang yang menjalani ilmu gaib dan ilmu khodam yang kondisi berpuasanya dapat mengundang roh-roh gaib untuk datang mendekat, puasa ngebleng ini justru pancaran gaib kekuatan sukmanya akan mengusir keberadaan roh-roh gaib lain dari tubuhnya dan dari sekitar orang itu berada.

Itu baru puasa ngebleng 3 hari, belum yang 7 hari, apalagi puasa ngebleng 40 hari seperti yang biasa dilakukan oleh tokoh-tokoh kebatinan dan pertapa jaman dulu. Orang-orang yang terbiasa melakukan puasa itu, seperti tokoh-tokoh kebatinan dan pertapa jaman dulu, akan memiliki kekuatan sukma yang luar biasa, yang bahkan pancaran energi kekuatan sukmanya menyebabkan roh-roh gaib kelas atas seperti dewa dan buto pun tidak tahan berada di dekatnya dan tidak akan berani datang mendekat untuk maksud menyerang.

Pancaran kekuatan sukma orang-orang itu saat sedang menjalani laku puasa dan tapa bratanya sangat menghebohkan alam gaib. Di pewayangan pun diceritakan ketika ada seseorang yang *gentur* dalam puasa, tapa brata dan semadinya, kondisinya menyebabkan kahyangan panas dan goncang, dan menyebabkan para dewa tidak tahan, sampai-sampai para dewa mengutus dewa lain atau bidadari untuk menghentikan / menggagalkan tapa brata orang tersebut, dan mereka akan memberikan apa saja yang diinginkan orang itu asal mau menghentikan tapanya.

Karena itu dalam melakukan puasa ngebleng orang-orang jaman dulu akan melakukannya dengan cara *menyepi*, di dalam rumah, di goa atau di tempat-tempat keramat, supaya tidak ada yang mengganggu.

Kekuatan sukma orang-orang itu luar biasa sekali, sehingga pada jaman dulu banyak tokoh-tokoh kebatinan dan pertapa yang bukan hanya *linuwih* dan *waskita*,

dan *mumpuni* dalam ilmu kesaktian, tetapi juga menjadikan sukma mereka penuh dengan muatan gaib, sehingga kemampuan *moksa* yang dilakukan oleh tokoh-tokoh kebatinan jaman dulu, berpindah bersama raganya ke alam roh tanpa melalui proses kematian, adalah sesuatu yang biasa. Bahkan banyak yang melakukan tapa brata dalam rangka *mandito* meninggalkan keduniawiannya, kemudian moksa dengan sendirinya dalam kondisi bertapa.

Orang-orang itu, karena kekuatan gaib sukmanya, tidak lagi membutuhkan khodam mahluk halus untuk kekuatan ilmunya. Kekuatan dan kegaiban sukmanya-lah yang melakukannya. Tetapi jika ada suatu sosok gaib yang mau datang untuk menjadi khodam pendampingnya, maka hanya gaib-gaib yang setingkat dengan kekuatan sukmanya saja yang akan datang menjadi pendampingnya, bukan gaib-gaib kelas rendah yang tidak tahan dengan pancaran energi kekuatan sukmanya.

Puasa ngebleng melambangkan kekuatan tekad dan niat seseorang untuk terkabulnya suatu keinginan. Bahkan banyak orang pada jaman dulu yang melakukan tapa dan puasa ngebleng, tidak akan menghentikan tapa bratanya sebelum hajat keinginannya terkabul (sampai turun wangsit bahwa permintaannya dikabulkan).

Puasa ngebleng terkait dengan kekuatan dan kegaiban sukma manusia. Karena itu kegaiban dalam puasa ngebleng tidak dapat dibandingkan / disamakan atau ditukar dengan puasa bentuk lain. Semakin *gentur* laku puasa seseorang, semakin kuat sukmanya dan semakin kuat kegaibannya. Puasa ngebleng banyak dilakukan oleh orang-orang yang bergelut dalam dunia kebatinan / spiritual dan tapa brata.

Puncak kekuatan sukmanya hanya terjadi pada saat seseorang berpuasa ngebleng, sedangkan pada hari-hari selanjutnya kalau sudah tidak lagi melakukan puasa, maka kekuatan sukmanya itu akan menurun lagi. Karena itu para pelaku kebatinan dan keilmuan kebatinan jaman dulu menjadikan laku puasa ngebleng ini sebagai ritual yang akan selalu dilakukan secara berkala. Juga untuk melatih keilmuannya itu atau menekuni suatu ilmu kebatinan baru akan dilakukannya dengan berpuasa, sehingga kekuatan dan kegaiban ilmunya tinggi.

Tetapi jika puasa ngebleng itu dilakukan oleh orang-orang yang masih awam dalam ilmu kegaiban, mungkin kegaiban dari kekuatan sukmanya itu tidak akan banyak dirasakannya. Walaupun begitu, pancaran kekuatan sukmanya itu akan menjauhkannya dari roh-roh gaib yang sifatnya mengganggu, dan sisi lain dari kegaiban sukmanya akan membuat kekuatan niat / tekad dalam keinginan-keinginannya menjadi lebih mudah terwujud dan ketajaman dan kepekaan batinnya akan semakin tinggi.

Tetapi karena semakin banyaknya orang yang meninggalkan dunia kebatinan, maka puasa ngebleng inipun semakin ditinggalkan. Bahkan para praktisi ilmu gaib dan ilmu khodam seringkali mempermudah laku puasanya. Misalnya untuk mendapatkan suatu ilmu gaib tertentu cukup puasa biasa saja dari subuh sampai mahgrib, atau hanya puasa berpantang makanan tertentu saja, yang dilakukan selama 3 hari, 7 hari, 21 hari, atau 40 hari, dan selama berpuasa itu malam harinya diharuskan mewirid amalan gaibnya.

Selama berpuasa itu pada malam harinya diharuskan mewirid amalan gaibnya tujuannya adalah sebagai usaha melatih memperkuat kemampuan kekuatan seseorang dalam meng sugestikan ilmu gaib. Dengan berhari-hari mewirid suatu amalan gaib diharapkan kemampuan seseorang dalam meng sugestikan ilmu gaibnya akan kuat dan hapal mantranya diluar kepala.

Selama orang itu berpuasa dan berzikir, tubuhnya memancarkan energi tertentu dan pikirannya akan memancarkan gelombang tertentu. Pancaran energi tubuh dan gelombang pikiran inilah yang seringkali mengundang datangnya suatu sosok makhluk halus tertentu kepada manusia. Keberadaan sosok halus itu kemudian dapat menjadi khodam ilmu gaibnya, menjadi sumber kekuatan gaibnya, sehingga walaupun kemudian sudah tidak lagi rajin berpuasa dan tidak lagi rajin mewirid amalan ilmunya, selama khodamnya bersamanya, kapan saja ilmu itu diamalkan tetap akan berfungsi. Jadi bisa juga dikatakan, untuk dengan sengaja mengundang suatu sosok gaib untuk datang menjadi khodam pendamping, maka cara puasanya adalah puasa bentuk ini. Hanya saja kita harus teliti dan waspada mengenai siapa sosok halus yang datang mendampingi kita itu.

## **Puasa Weton.**

Puasa weton adalah termasuk jenis puasa ngebleng yang dilakukan pada hari kelahiran seseorang, yang perhitungan waktu mulai berpuasa dan menutup puasa dilakukan berdasarkan perhitungan hari dalam kalender jawa.

Puasa weton (wetonan) adalah puasa untuk memperingati hari kelahiran seseorang sesuai laku dalam budaya jawa.

Puasa weton terkait dengan kekuatan dan kegaiban sukma (roh pancer dan sedulur papat). Biasanya dilakukan untuk terkabulnya suatu keinginan yang sifatnya penting, dan untuk menjaga kedekatan hubungan dengan roh sedulur papat dan restu pengayoman dari para leluhur, supaya kuat sukmanya, selalu peka rasa dan batin, peka firasat, peka bisikan gaib, hidupnya keberkahan dan lancar segala urusannya.

Puasa weton terkait dengan kegaiban yang berasal dari sukma manusia sendiri (kegaiban kesatuan roh pancer dan sedulur papat). Puasa weton tidak berhubungan dengan kegaiban roh-roh lain.

Puasa weton tidak bisa disamakan atau diperbandingkan atau ditukar dengan puasa bentuk lain, karena sifat dan kegaibannya berbeda.

Puasa weton yang dilakukan oleh orang-orang yang tidak memahami atau tidak meyakini keberadaan roh sedulur papat kegaibannya tidak akan sebaik mereka yang melakukannya dengan landasan kepercayaan pada roh sedulur papat. Keyakinan pada keberadaan dan kebersamaan roh sedulur papat dengan pancer akan memperkuat kegaiban sukma dan memperkuat interaksi roh sedulur papat dan para leluhurnya dengan seseorang. Dalam kehidupannya sehari-hari kekuatan sukma akan membantu dalam kemantapan bersikap, membantu membuka jalan hidup dan menyingkirkan halangan dan kesulitan-kesulitan, dan interaksi sedulur papat akan membantu peka rasa dan firasat, peka bisikan gaib, mendatangkan ide-ide dan ilham, peringatan-peringatan dan jawaban-jawaban permasalahan.

Sesuai tradisi Jawa puasa weton dilakukan dengan berpuasa pada hari kelahiran seseorang (Senin, Selasa, Rabu, Kamis, Jum'at, Sabtu, Minggu) yang sesuai dengan hari *pasar* kelahirannya (pon, pahing, wage, legi dan kliwon). Dengan demikian hari weton kelahiran seseorang akan selalu berulang setiap 35 hari sekali.

Sebagai catatan, dalam penanggalan Jawa, hari dimulai pada pukul 5 sore hari sebelumnya dan akan berakhir pada pukul 5 sore hari yang bersangkutan. Jadi, batas suatu hari adalah pada pk.5 sore, dan mulainya hari adalah hari sebelumnya pk.5 sore.

Berarti hari Senin dimulai pada hari sebelumnya (Minggu) pk.5 sore dan berakhir pada hari Senin tersebut pk.5 sore.

Hari Senin itu pada pk.6 sore (mahgrib) sudah terhitung sebagai hari Selasa, karena sudah melewati batas hari Senin pk.5 sore.

Ada beberapa hitungan hari dalam puasa weton sbb :

1. Puasa weton sehari penuh.

Artinya puasanya dilakukan 1 hari Jawa (sehari semalam, 24 jam).

Puasa weton sehari ini adalah yang secara umum dilakukan dalam budaya masyarakat Jawa.

Misalnya hari kelahirannya adalah Selasa Pahing, maka puasanya dimulai pada hari sebelumnya, yaitu

Senin pk.5 sore dan berakhir pada hari Selasa Pahing tersebut pk.5 sore.

2. Puasa weton 3 hari (hari weton dijepit ditengah).

Artinya puasanya dilakukan selama 3 hari Jawa terus-menerus tanpa putus, yaitu puasa pada hari weton

ditambah 1 hari sebelumnya dan 1 hari sesudahnya, sehingga total puasa menjadi 3 hari Jawa terus-menerus.

Misalnya kelahiran Rabu Kliwon,

maka puasanya dilakukan selama 3 hari, yaitu Selasa, Rabu Kliwon dan Kamis terus-menerus tanpa putus.

Hari Selasa dimulai pada hari sebelumnya, yaitu hari Senin pk.5 sore.

Hari Kamis berakhir pada pk. 5 sore hari.

Jadi puasa weton 3 hari itu dimulai pada hari Senin pk.5 sore dan berakhir pada hari Kamis pk. 5 sore terus-

menerus tanpa putus siang dan malam.

3. Puasa weton 3 hari selama 7 kali berturut-turut.

Artinya, puasanya dilakukan selama 3 hari Jawa terus-menerus tanpa putus yang dilakukan selama 7 kali

berturut-turut tanpa putus (selama 7 bulan berturut-turut).

Jenis puasa ini biasanya dilakukan untuk keinginan terkabulnya suatu keinginan khusus yang bukan sesuatu

yang biasa terjadi sehari-hari (biasanya disertai nazar), atau untuk keinginan terkabulnya suatu keinginan

khusus yang berat, yang kadarnya tinggi, yang bagi seseorang sulit untuk dicapai, sehingga diperlukan

suatu laku tambahan demi terkabulnya keinginannya itu, yaitu puasa ngebleng 3 hari 3 malam pada hari weton kelahiran seseorang, dan dilakukan selama 7 kali (7 bulan) berturut-turut tanpa putus dan ditutup dengan suatu ritual dan sesaji penutup (tumpengan), atau acara syukuran.

Puasa weton menjadi sempurna setelah pada penutupan puasa dilakukan pemberian sesaji untuk roh sedulur papat dan pancer sebagai berikut (salah satu) :

1. Paling baik, mandi kembang telon (kembang tujuh rupa / setaman lebih baik), yaitu mandi guyuran air kembang dari kepala basah semua sampai ke kaki.
2. Kedua terbaik, makanan jajan pasar 7 macam, dimakan sebagai makanan buka puasa.
3. Bubur merah putih, yaitu bubur tepung beras (bubur sumsum) yang diberi gula jawa cair, dimakan sebagai makanan buka puasa.

Puasa weton ini menjadi sarana pemberian perhatian kepada roh sedulur papat dan menjadi sarana memperkuat kesatuan antara seseorang dengan roh sedulur papat dan para leluhurnya.

Bagi yang tidak sempat menjalankan puasanya, atau berhalangan, cukup melakukan mandi kembang saja, bisa pagi hari, siang, ataupun sore hari. (Informasi selengkapnya tentang Sedulur Papat silakan dibaca : Sedulur Papat Kalima Pancer ).

Puasa weton (wetonan) adalah salah satu laku budaya kebatinan yang sudah umum dilakukan dalam masyarakat jawa. Tetapi sehubungan dengan adanya pengaruh budaya Islam dalam masyarakat jawa, orang-orang jawa yang melakukan puasa weton ini melakukannya tidak lagi sesuai aslinya dalam ajaran jawa, yaitu dengan puasa ngebleng, tetapi melakukan puasanya sama dengan puasa biasa, yaitu puasa dari subuh sampai mahgrib. Sekalipun bentuk laku puasa itu masih memberikan kegaiban, tetapi sudah tidak lagi besar seperti seharusnya, bahkan akibatnya banyak juga yang tidak lagi dapat merasakan kegaibannya hingga kemudian tidak lagi melakukannya, dan kemudian digantikan dengan puasa Senin - Kamis, puasa putih, atau puasa berpantang makanan tertentu saja.

### **Pemahaman Kebatinan Laku Prihatin dan Tirakat**

Semua bentuk laku dan tirakat hanya akan bermanfaat jika ada maksud dan tujuannya, kalau tidak ya hanya akan menyiksa tubuh saja, hanya lapar dan haus saja. Karena itu sebelum dan selama melakukan laku tersebut harus selalu fokus pada tujuan lakunya dan berdoa niat dan tujuannya.

Suatu laku puasa yang dilakukan tanpa tujuan khusus, tetapi sebagai kebiasaan rutin, akan menjadi upaya memperkuat kebatinan manusia, supaya kuat sukmanya, bisa mengatasi belenggu duniawi lapar dan haus, mengatasi godaan hasrat dan nafsu duniawi, dan sebagai upaya membersihkan hati dan mencari keberkahan

pada jalan hidup. Hasilnya akan lebih baik lagi bila sebelum dan selama melakukan laku tersebut selalu berdoa tentang niat dan tujuan / harapan-harapannya.

Dalam melakukan laku-laku prihatin dan tirakat di atas akan baik sekali bila dilakukan dengan menyendiri / menyepi (di dalam rumah), tidak mendatangi tempat-tempat keramaian dan tidak menonton hiburan, keluar rumah pada malam hari di tempat terbuka dan banyak berdoa. Manfaat dari suatu laku hanya akan didapatkan bila dilakukan dengan niat dan tujuan tertentu. Tanpa adanya niat dan tujuan, maka perbuatan itu hanya akan menjadi perbuatan yang sia-sia. Berdoalah kepada Tuhan memohon tercapainya tujuan dari laku tersebut pada awal dan selama pelaksanaannya.

Diawali dengan bersuci / mandi keramas, atau lebih baik lagi dengan mandi kembang telon atau kembang setaman / kembang tujuh rupa supaya aura dari kembang-kembang tersebut menyelaraskan aura-aura negatif di dalam tubuh agar menjadi positif, menjadi lebih bersih dan lebih bercahaya, yang berguna untuk membantu mempermudah jalan hidup, membuang kesulitan-kesulitan yang berasal dari aura negatif di dalam tubuh, yang sekarang pun banyak diselenggarakan di spa-spa dan salon kecantikan modern. Kembang yang digunakan haruslah yang berbau harum dan masih segar, belum layu, apalagi kering. Laku ini dapat dilengkapi dengan laku-laku yang lain yang berguna untuk memperkuat aura positif seseorang dan membuat hidup lebih 'keberkahan'. Jangan lupa baca doa niat :

sebelum mandi kembang :

*Ya Allah, niat saya mandi kembang untuk membersihkan diri saya dari pengaruh dan hal-hal negatif dalam*

*diri saya dan untuk .....*

atau niat puasa mutih :

*Ya Allah, niat saya puasa mutih untuk menguatkan permohonan terkabulnya keinginan saya supaya*

*..... dan untuk .....*

atau niat puasa weton :

*Saudara-saudara kembarku para roh sedulur papat, aku berpuasa untukmu.*

*Ya Allah, niat saya puasa weton untuk menguatkan permohonan terkabulnya keinginan saya supaya*

*..... dan untuk .....*

*Ya Allah berkahilah saya.*

*Amin.*

Ada beberapa pertanyaan serupa dari para pembaca mengenai hari, bentuk laku prihatin dan puasa, dan isi doa yang harus dilakukan seseorang untuk masing-masing keperluan / hajatnya. Namun secara inti garis besarnya bisa kami jelaskan sebagai berikut.

Cerita tentang laku prihatin, puasa dan tirakat di atas adalah dalam konteks tradisi masyarakat jawa yang ingin hidupnya selalu keberkahan, selamat dan sejahtera dalam lindungan Tuhan. Jadi bentuk laku puasanya dan hari-hari puasanya adalah

berdasarkan tradisi jawa.

Untuk masing-masing orang, kita tidak bisa menentukan hari apa yang terbaik suatu laku puasa harus dilakukan, karena semuanya tergantung pada tujuan dari niat dan lakunya. Sebagai acuan, sesuai tradisi jawa, kita bisa melakukannya pada hari weton kelahiran kita sendiri. Tetapi diluar itu sebaiknya kita juga peka rasa, kita sendiri yang menentukan bentuk lakunya sesuai panggilan batin kita masing-masing.

Misalnya,

- Untuk mendekatkan diri kepada Tuhan, lakunya bisa hari apa saja.
- Untuk memenuhi kewajiban beragama, maka lakunya harus sesuai dengan ajaran agama.
- Untuk mendekatkan diri kepada roh sedulur papat, lakunya hari weton kelahiran.
- Untuk mendekatkan diri kepada roh-roh leluhur, lakunya hari weton kelahiran.
- Untuk urusan kegaiban, wangsit dan bisikan gaib, roh-roh leluhur atau roh-roh halus lain, lakunya biasanya dilakukan pada malam Selasa Kliwon atau Jum'at Kliwon dan disertai bertirakat dengan berdoa di luar rumah atau berziarah ke makam-makam tertentu.
- Untuk mempelajari suatu keilmuan gaib, lakunya sesuai persyaratan ilmunya.
- Untuk tujuan keperluan lain, lakunya hari apa saja sesuai keperluannya atau sesuai niat batinnya.

Tujuan laku dan bentuk hajat / keinginan yang ingin terkabul juga sendiri-sendiri. Masing-masing bentuk laku prihatin memiliki kegaiban sendiri-sendiri yang bentuk pelaksanaan lakunya disesuaikan dengan kadar berat / ringannya suatu hajat / keinginan yang ingin terkabul. Semakin berat / tinggi kadar suatu hajat / keinginan, maka lakunya juga seharusnya lebih berat. Dan suatu hajat keinginan yang sifatnya jangka panjang, maka lakunya juga harus dilakukan secara rutin dalam jangka panjang (setiap bulan), bukan hanya sekali atau 2 kali saja.

Misalnya :

- Yang kadarnya ringan, untuk kemudahan jalan hidup atau keperluan rutin sehari-hari, cukup secara rutin melakukan puasa putih saja, atau puasa senin - kamis saja, atau puasa berpantang makanan tertentu saja, atau puasa weton 1 hari, atau mandi kembang saja.
- Untuk keinginan menjaga kelangsungan pekerjaan dan perbaikan posisi / derajat, cukup secara rutin melakukan puasa weton 1 hari.
- Untuk keinginan khusus yang tidak terjadi setiap hari, misalnya lulus ujian pendidikan, terpilih diterima bekerja atau terpilih naik jabatan ketika ada kesempatan naik jabatan, biasanya lakunya puasa ngebleng 3 hari (hari apa saja) atau puasa weton 3 hari.
- Untuk keinginan khusus yang berat untuk dicapai (relatif bagi setiap orang) dan waktu pencapaiannya agak panjang, misalnya ingin bisa terpilih sebagai bupati / gubernur, bisa cukup menabung untuk memiliki rumah

sendiri bagi yang belum mempunyai rumah sendiri, ingin bisa mempunyai pabrik / perusahaan sendiri,  
ingin karir bisa naik sampai menjadi kepala kantor, dsb, biasanya lakunya puasa weton ngebleng 3 hari  
selama 7 kali berturut-turut tanpa putus dan ditutup dengan ritual penutup atau tumpengan selamatan  
setelah semua puasanya selesai. Biasanya lelaku jenis ini juga disertai nazar (sama dengan sumpah Tan Ayun Amuktia Palapa-nya Gajah Mada).

Doa selama berpuasa itu juga tidak perlu muluk-muluk, sederhana saja, doa yang tulus kepada Tuhan, tetapi intinya kita harus menegaskan apa niat dan keinginan yang ingin dicapai, untuk mengarahkan kegaibannya supaya fokus pada tujuan.

Masing-masing jenis laku prihatin mempunyai manfaat sendiri-sendiri yang bisa dirasakan, yang membuat para pelakunya tetap menjalankannya, tetapi manfaat apa yang dirasakan oleh masing-masing pelakunya tidak selalu sama, dan juga tidak bisa dipastikan bahwa semua hajat / keinginan akan dapat terkabul dengan menjalankan suatu bentuk laku prihatin, puasa dan tirakat. Harus disadari bahwa semua bentuk laku adalah dilakukan orang sesuai keyakinannya sendiri, sebagai tambahan dari usaha dan tindakan nyata yang sudah dilakukannya untuk pencapaian tujuannya itu.

Semua bentuk laku akan bermanfaat bila dalam menjalankannya didasarkan pada kebutuhan, bukan untuk sekedar menjajal suatu bentuk laku, atau menyandarkan harapan terkabulnya suatu keinginan dengan hanya melakukan suatu bentuk laku prihatin. Tidak bisa suatu bentuk laku kebatinan / prihatin dianggap ampuh sebagai jalan pintas untuk terkabulnya suatu keinginan.

Dalam melaksanakan laku-laku tersebut juga tidak diperlukan doa-doa atau amalan khusus dalam melakukannya. Yang diperlukan hanya doa dari niat batinnya saja, doa permohonan yang tulus agar keinginan-keinginannya dapat tercapai, sebagai sarana fokus pada tujuan.

Pada jaman sekarang yang kehidupan manusia penuh dengan rutinitas dan kesibukan, urusan pekerjaan tetap-lah dijalankan, jangan ditinggalkan hanya karena sedang berpuasa, dan juga tidak perlu melakukan puasa, laku prihatin dan tirakat sambil menyepi atau tapa seperti orang jaman dulu, hanya perlu menghindari perilaku dan suasana bersenang-senang dan diisi dengan banyak berdoa. Perlu diketahui bahwa sugesti kebatinan dalam kondisi berprihatin akan jauh lebih kuat dibandingkan pada hari-hari lain saat tidak sedang berprihatin. Karena itu dalam melakukan laku berprihatin itu akan lebih baik jika dilakukan dengan banyak berdoa, tidak mendatangi tempat-tempat keramaian, tidak menonton hiburan atau suasana bersenang-senang yang membuat kita lupa bahwa kita sedang mempunyai hajat.

Laku puasa, prihatin dan tirakat berdasarkan tradisi Jawa tersebut akan berbeda dengan laku yang dilakukan oleh orang-orang yang menjalankan laku tertentu dalam rangka memenuhi kewajiban keagamaan atau yang mempelajari suatu bentuk keilmuan gaib / khodam.

## **Laku Prihatin dan Tirakat, Masih Relevankah?**

Banyak orang menjalani laku mulai dari puasa, tidak tidur, berendam di sungai, sampai ritual yang aneh-aneh dan tidak masuk logika orang modern, yang semuanya bertujuan supaya apa yang mereka harapkan dan usahakan bisa tercapai.

Jaman sekarang, sikap berpikir masyarakat sudah lebih modern, kehidupan manusia penuh dengan kesibukan dan rutinitas yang menyita banyak waktu dan menuntut manusia untuk tetap fit dan dalam kondisi yang prima. Jika demikian keadaannya, apakah konsep laku prihatin dan tirakat ini masih relevan dan masih perlu dijalankan ?

Jawabannya adalah: Ya.

Konsep laku prihatin dan tirakat janganlah dipandang secara dangkal dan sempit. Konsep laku bersifat universal, tetapi mempunyai bentuk yang berbeda sesuai kondisi kebatinan masyarakatnya masing-masing dan dalam menjalankannya harus dilakukan penyesuaian sesuai tempat dan jamannya.

Laku adalah usaha / upaya-upaya.

Prihatin adalah sikap menahan diri, menjauhi perilaku bersenang-senang *enak-enakan*.

Tirakat adalah perbuatan-perbuatan tertentu sebagai tambahan, untuk terkabulnya suatu keinginan.

Hakekat dan tujuan dari laku prihatin dan tirakat adalah usaha menjaga agar kehidupan manusia selamat dan 'keberkahan', agar dihindarkan dari kesulitan dalam segala urusan dan usahanya dan tercapai / terkabul keinginan-keinginannya. Proses laku mendorong dan mengarahkan perilaku seseorang agar selalu bersikap positif dan menjauhkan hal-hal yang bersifat negatif dan tidak bijaksana, demi tercapainya tujuan hidup.

Dalam kehidupan jaman modern ini memang banyak orang yang memaksakan sikap berpikirnya untuk tidak percaya dengan hal-hal yang bersifat mistis. Mereka tidak percaya karena itu adalah kuno, kehidupan masa lalu, dan tidak masuk akal dan banyak orang yang sudah tumpul kepekaan batinnya dan tidak bisa merasakan firasat. Tetapi banyak juga orang yang berpandangan lain, karena hal-hal atau kejadian-kejadian gaibpun masih terjadi hingga hari ini, sehingga masih saja ada orang yang melakukan usaha dengan cara-cara yang berbau mistis dan masih banyak juga yang melakukan perbuatan klenik.

Memang banyak bentuk laku yang dahulu biasa dilakukan orang, sekarang sudah banyak ditinggalkan, karena merepotkan dan tidak sesuai jaman. Kelemahan ritual tradisional dari sudut pandang modern adalah tidak adanya penjelasan yang memuaskan secara logika. Tetapi sesungguhnya laku dan hal-hal yang bersifat

tradisional itu tidak sungguh-sungguh ditinggalkan, karena manfaatnya memang bisa dirasakan, termasuk oleh orang jaman sekarang.

Sebagai gantinya, laku tersebut dilakukan dengan cara yang lebih modern yang sesuai dengan jaman. Banyak orang melakukan penelitian untuk mengkaji hal-hal yang berbau mistis dan tradisional dan menjelaskannya dengan sikap berpikir modern, logis dan analitis. Dan hal-hal yang tidak dapat diselesaikan dengan cara modern, selalu ada laku untuk mencari cara-cara alternatif yang bersifat alami dan tradisional. Sakit-penyakit dan obat-obatan medis pun diusahakan alternatif pengobatannya yang bersifat alami dan tradisional. Ilmu-ilmu yang dahulu untuk kesaktian dan sebagian merupakan ilmu gaib, kini banyak dijadikan bahan pertunjukkan entertainment dan dikomersialkan.

Berendam atau mandi kembang setaman / kembang tujuh rupa, yang aslinya adalah supaya aura dari kembang-kembang tersebut menyelaraskan aura-aura negatif di dalam tubuh agar menjadi positif, aura tubuh dan wajah menjadi lebih bersih dan lebih bercahaya, membuang kesulitan-kesulitan yang berasal dari aura negatif di dalam tubuh, membantu mempermudah jalan hidup, sekarang, mandi kembang, luluran, dsb, banyak diselenggarakan di spa-spa dan salon kecantikan modern.

Sesuai hakekat dan tujuannya, maka walaupun jaman sekarang kondisinya sangat berbeda dengan jaman dahulu, tetapi proses laku tetap dilakukan orang, hanya saja bentuk lakunya yang berbeda. Laku prihatin untuk menahan diri, tidak sombong, beribadah, berdoa dan berusaha, tidak malas, menjauhi perbuatan dosa, menjauhi kebiasaan dan etos kerja yang buruk, hidup sederhana (relatif) dan menabung, mensyukuri apa yang dimiliki, menjaga hubungan yang harmonis dengan sesama, dsb, dilakukan oleh hampir semua orang.

Proses laku dan prihatin tetap dilakukan orang, hanya bentuk dan caranya saja yang berbeda, disesuaikan dengan kondisi jaman dan kondisi masyarakat. Yang membuat orang berhasil mencapai tujuannya dengan menjalankan suatu laku adalah bukan semata-mata karena bentuk lakunya, melainkan karena mereka akan tetap menjaga hal-hal yang positif dan menjauhi hal-hal yang bersifat negatif dan tidak bijaksana, sehingga segala sesuatu yang dikerjakan akan terkondisi pada arah yang benar untuk tercapainya tujuan.

Kawruh ilmu sejati ing dalem kejawen

Sebenarnya Sukma sejati, sukma jati, guru sejati atau guru murshid sama saja...cuma sebutannya saja yang berbeda....ada juga yang menyebutnya dengan Nur Muhammad yang disebut Ruh idhlafi yang merupakan Hakikat Sukma dan ini merupakan kehendak dari Dzat Yang Maha Suci.

Nur Muhammad adalah hakikat sukma yang diakui keadaan Dzat dan merupakan perbuatan Atma dan menjadi Wahana dalam Alam Arwah ( Martabat 7 ) dan dari Nur Muhammad inilah yang menimbulkan Unsur-unsur Kehidupan yang menjadi Asal muasal Kehidupan.

Sukma sejati adanya pada kedalaman pribadi yang di pegang oleh Sang Pribadi....melalui proses pengenalan diri sendiri maka muncullah cermin memalukan yang memberikan kenyataan kesadaran bahwa kotornya diri kita dan melalui proses selanjutnya maka kita bisa mulai mencari dan menemukan Sang Sukma sejati atau Adam Makna .....sama saja.

Dan dalam proses menemukan yang di butuhkan adalah totalitas Kesadaran, Keikhlasan, Ketulusan dan Kebulatan Tekad hanya untuk Mencintainya seutuhnya .....tanpa ketakutan akan neraka atau keinginan akan sorga....yang ada hanya Dia.

Kadang ada yang menyamakan antara sukma sejati dengan saudara 4 ...ini sesuatu yang berbeda

walaupun asalnya memang dari perbendaharaan saudara 4 tetapi yang sudah di sempurnakan atau di tundukkan oleh Sang Penguasa Sukma.

Kalo pengisian secara instant mengenai sukma sejati, mungkin ini bukan sukma sejati tetapi di sebut punden sari atau saudara 4, dan ini adalah tahap awalnya saja, karena untuk menemukan Penguasa Sukma ( sukma sejati ) melalui proses dan halangan yang cukup sulit, apalagi kalo dalam hidup kita masih sering tergoda kehendak jasad.

Dan sebetulnya bukan diisi, tetapi dibukakan pintunya melalui cakra-cakra yang berada tubuh kita sehingga bisa membangkitkan daya alam bawah sadar kita dan memungkinkan diri kita melakukan sesuatu di luar nalar.

Kadang ada yang menyamakan antara sukma sejati dengan saudara 4 ...ini sesuatu yang berbeda walaupun asalnya memang dari perbendaharaan saudara 4 tetapi yang sudah di sempurnakan atau di tundukkan oleh Sang Penguasa Sukma.

Kalo pengisian secara instant mengenai sukma sejati, mungkin ini bukan sukma sejati tetapi di sebut punden sari atau saudara 4, dan ini adalah tahap awalnya saja, karena untuk menemukan Penguasa Sukma ( sukma sejati ) melalui proses dan halangan yang cukup sulit, apalagi kalo dalam hidup kita masih sering tergoda kehendak jasad.

Dan sebetulnya bukan diisi, tetapi dibukakan pintunya melalui cakra-cakra yang berada tubuh kita sehingga bisa membangkitkan daya alam bawah sadar kita dan memungkinkan diri kita melakukan sesuatu di luar nalar.

Kenapa saya sebut sebuah perjalanan.

Karena ini semua harus kita jalani sendiri, dengan mulai dari sebuah keraguan, pencarian, penemuan, pemahaman, kesadaran dan penyatuan....dalam sebuah cinta kasih yang tulus, dengan pengorbanan yang tak terkira untuk sampai kesana...untuk sampai ke pantai dan melihat samudera...untuk melihat dimana semua sungai bermuara ( kembali ).

Seperti Bima bertemu Dewa Ruci.

Bagaimana pertama kali kita akan dihadang oleh nafsu 4 perkara.....mula-mula sinar lutam, sinar merah, sinar kuning, sinar putih.

Berakhirnya perjalanan ....Pada zaman karamatullah kelak, waktunya maqamijabah, yakni terkabulnya segala sesuatu, segala apa yang dikehendaki terlaksana, karena lenyapnya Mutdah yang merupakan Dzat hamba, tinggallah Wajah yaitu Dzat Tuhan yang bersifat kekal.

Menuju cinta sejati ....adalah sebuah perjalanan yang penuh pengorbanan, saat hidup di kuasai rahsa maka nafsu menguasai jiwa, dan kita tidak akan mendapatkan atau menemukan apa-apa semuanya hanya semua, tidak abadi dan kekal.

Betul sekali bahwa ortu, anak istri...dan semua yang kita dengar, lihat, rasa, endus...semuanya hanyalah pinjaman dan akhirnya toh harus kembali ke asal....itulah yang dinamakan Kesadaran...

Jalan bertemu suksma sejati.....adalah dengan menemukan Kesadaran dengan membersihkan jiwa, mengendalikan nafsu 4 menembus 3 cahaya akhir ... pertama ; ikhlas, kedua ; rela pada hukum kepastian Allah, ketiga ; agar merasa tidak memiliki apa-apa, keempat ; harap berserah diri pada kehendak Allah Taala .... tidak ada yg menyerupainya ....kecuali anda tahu tempatnya, disinilah kadang di perlukan pembimbing...karena kadang banyak yang serupa atau menyerupai...tapi bukanlah yg sebenarnya.

Dalam Kehidupan ini faktor yang sering dilupakan kita sebagai manusia yang kadang mentang-mentang sebagai khalifah ( pemimpin ) dan merupakan Tajali ( perwujudan ) dari Sang Maha Sempurna, adalah dari mana kita ” berasal ” dan bagaimana kita ” kembali ke asal “.

Sehingga kadang kita melupakan bahwa bahwa kita terdiri dari 2 bagian....yaitu yg bernama “Jasad” ( raga ) dan “Ruh” ( jiwa ).....dan dalam menempuh hidup dan kehidupan, biasanya kita lebih banyak termakan dogma dari sebuah kehidupan yang mengandalkan atau menampilkan baju dari masing-masing sehingga hakikat atau makna dari dalam bajunya jarang tersentuh.

Bagaimana Jasad atau raga itu adalah sebagai baju dari Ruh atau jiwa....jiwa menemukan raga begitu di dunia....dahulu disana tiadalah memerlukan baju atau apapun, raga memerlukan makanan, minuman dan kebutuhan lainnya untuk bertahan di dunia, sedangkan jiwa merindukan tempatnya yang dahulu, dimana tidak memerlukan apapun di alam adam makdum....

Bagaimana sebuah raga begitu memerlukan perjuangan untuk bertahan hidup di dunia sehingga akhirnya kadang berbenturan dengan keinginan ruh yang tidak merindukan apa-apa, tetapi ruh tanpa raga adalah bukan siapa-siapa karena Keagungan Perwujudan Dzatullah tidak akan terlihat. Demi menjaga keseimbangan haruslah kita mempertimbangkan tentang keduanya..... bagaimana begitu kita berwujud sudah dibekali 4 nafsu inti, lawwammah, amarah, sufian dan muthmainah, yg apabila bicara seharusnya.....harusnya adalah kita harus mematikan dalam wacana mematikan nafsu 4 perkara :Mati nafsunya, setiap nafsu akan merasakan maut. Mati rohnya, maksudnya yang hilang rahnya. Mati ilmunya, maksudnya yang mati atau yang berjulang imannya. Mati hatinya, maksudnya yang mati ucapannya dengan lisan.

Dan yang melandasi hukumnya adalah ; Jalan untuk kesempurnaan Pati itu adalah Hidayatullah yang menandakan tempat yang telah diatur, serta hakikat hidup yang berada pada manusia. Kedudukan Pati petunjuk Allah taala, selamat dalam keadaan jati maksudnya bijaksana terhadap kesempurnaan sangkan paran. Bertemunya Pati itu tawakal maksudnya berserah diri kepada Allah taala, adapun bertemunya apti itu iradat Allah. Perkara Pati perbuatan Allah maksudnya merupakan kesempurnaan Dza yang bersifat Esa.

Janganlah kita terpaku pada sebuah nama atau sebutan.....karena pasti akan menimbulkan perbedaan bahkan kekacauan dan berujung kehancuran.

Dalam khasanah jawa disebut sukma sejati dan sejatining sukma, dalam khasanah islam disebut ruh idhafi atau nur muhammad atau ruh al quds ( ruh suci ), dalam nasrani di sebut ruh kudus, dalam hindhu atma.

Dalam perjalanannya kenapa disebut guru sejati atau guru mushid.....adalah pada saat kita mencari sesuatu yang murni atau sejati, abadi.....bahwa kita harus menyadari bahwa DzatNya ada pada sifat hidup kita dan yang pantas kita jadikan guru adalah hanya itu.....bukan yang lain yang sama dengan kita yang akan menjadi tanah lagi atau bahkan dari bangsa dilura manusia.

Dalam khasanah yang berbeda keberadaan sukma sejati tidak bisa dilepaskan dari asal mula Tuhan menciptakan Ruh suci ini dalam bentuk makhluk untuk meneruskan penzhahiran yang [paling sempurna dalam peringkat Alam Ketuhanan Dzat Yang Maha Tinggi. Dan Tuhan menghendaki ruh itu turun ke alam fana ini di peringkat paling rendah, yaitu alam Ajsam ( alam kokret ).....yang tujuan utamanya adalah untuk memberi pelajaran kepada Ruh suci itu dan untuk mengetahui pengalamannya dalam mencari jalan kembali kepada Tuhan.

Dan dalam perjalanannya ...dari tingkat yang paling tinggi sampai ke tingkat paling rendah , ruh suci menempuh berbagai alam atau peringkat....mulai dari semula turun ke peringkat Akal Semesta atau Kesatuan atau Hakikat Muhammad.

Dan Ruh suci ini dihantarkan ke tempat yang paling rendah agar ia mencari jalan ke asalnya yaitu berpadu atau berdampingan dengan Tuhan seperti ketika ia berada dalam pakaian daging, darah, dan tulang itu. Melalui hati yang ada dalam badan kasar ini, wajar bila ia menanam benih rasa kesatuan dan keesaan, dan ia akan berusaha menyuburkan rasa berpadu dan berdampingan dengan Tuhan yang menciptakannya.

Dalam bumi hati itu ruh suci menanam benih keyakinan yang telah dibekalkan kepadanya oleh Tuhan dari alam Maha Tinggi dan benih itu diharapkan menjadi pokok keyakinan yang akan menghasilkan buah-buahan yang rasanya kelak akan membawa Ruh itu kembali naikke tingkat demi tingkat hingga sampai ke hadirat Tuhan.

Penciptaan badan agar sukma sejati ( ruh ) dapat masuk dan menetap didalamnya, dan setiap ruh mempunyai nama tersendiri, dan Tuhan menyusun ruang-ruang dalam badan dan meletakkan ruh manusia diantara daging dan darah, dan meletakkan ruh suci ditengah hati manusia suatu ruang yang indah dan halus untuk menyimpan rahasia antara Tuhan dan hambaNya.

Ruh-ruh itu berdiam diberbagai bagian anggota badan dengan tugas masing-masing. Keberadaannya seolah-olah berlaku sebagai pembeli dan penjual bermacam barang yang mendatangkan berbagai hasil. Perniagaan semacam inilah yang mendatangkan bentuk rahmat dan berkat dari Tuhan. Seharusnya manusia mengetahui kebutuhan dalam ruhaninya masing-masing, seharusnya tidak mengubah apa yang sudah ditetapkan atau ditakdirkan Tuhan kepadanya.

Dada adalah tempat bersemayamnya ruh dalam diri setiap insan manusia, tempat yang

berhubungan dengan panca indera ini bertugas mengatur segala hal yang berkaitan dengan masalah syariat....karena dengan ini Tuhan mengatur keharmonisan alam nyata. Ruh tidak pernah mengingkari perintah Tuhan, tidak mengatakan tindakannya itu sebagai tindakannya sendiri, tetapi lebih karena ia tidak mampu bercerai dengan Tuhan.

Tuhan memberikan beberapa kelebihan bagi manusia yang memiliki ruhani yang tinggi pula ; pertama, kemampuan melihat bukti-bukti wujud keberadaan Tuhan didunia yang dimanifestasikan dalam sifat-sifat Tuhan, kedua...kemampuan melihat hal yang jamak dalam sesuatu yang tunggal dan sebaliknya dimata orang awam, ketiga...kemampuan melihat hakikat dibalik alam nyata dan keempat...perasaan dekat dengan Tuhan....inilah ganjaran karena keikhlasan dan ketulusan mencintainya dan berbuat semata-mata karena Dia.

Namun inipun masih berkaitan dengan alam kebendaan, begitu pula hal2 yang dianggap luar biasa oleh sebagian orang seperti berjalan diatas air, terbang diudara, mendengar suara2 gaib, membaca sesuatu yang berada dibenak orang lain, dll...ini masih berpijak pada kebendaan atau alam nyata. Hendaknya dalam beramal shalih manusia tidak seperti “Pedagang” ...yang selalu dalam melakukan sesuatu haruslah ada untungnya, apalagi ini dengan Tuhan.

Ruh dalam Hati

Hati adalah tempat bergerakny ruh, dan ilmu yang mengulas tentang gerakan hati disebut ilmu thariqah. Kerjanya berkaitan dengan 4 nama Allah. Sebagaimana dengan 12 nama Dzat...4 nama ini tidak berhuruf dan tidak berbunyi, sehingga nama-nama itu tidak dapat diucapkan.

Pada setiap peringkat ( dari 4 tingkatan ) yang dilalui oleh ruh terdapat 3 buah nama yang berbeda. Dan dengan cara ini Tuhan dapat memegang hati kekasihNya yang sedang dalam perjalanan cinta menuju kepadaNya.

Ada 7 titik, yang 3 merupakan titik inti dan yang 4 adalah pendamping dan apabila diolah nantinya akan akan berhubungan dengan 9 lubang di badan kita.

Cara pengolahannya ada beberapa cara ;

1. Dengan berpuasa lahir dan batin, bukan berpuasa hanya puasa lahir tapi batin juga karena lahir hanya menggembelng lahir saja (jasmani ), tetapi batin akan meggembelng lahir dan batin.
2. Meditasi, dengan pengolahan nafas secara benar dan teratur, kontinyu, karena nafas adalah tali jiwa.
3. Dengan adanya pembukaan titik melalui orang lain yang bisa membukanya.....tetapi biasanya ini kurang membuat kita lebih matang dan kurang bisa mengolahnya dengan baik nantinya....karena kendala setelah itu akan banyak.

Dalam islam, kalimat La ilaaha illallaah itu melahirkan 12 nama Allah, setiap nama tercantum pada setiap huruf yang menyusun kalimat tersebut. Dan Allah akan memeberikan nama kepada setiap huruf dalam proses kemajuan hati seseorang itu.

1. Lailaha illallaah : Tiada Ilah kecuali Allah
2. Allah : Nama Dzat
3. Huwa : Dia
4. Al-Haqq : Yang Benar
5. Al-Hayy : Yang Hidup
6. Al- Qayyum : Yang berdiri sendiri kepadaNya segala sesuatu bergantung
7. Al-Qahar : Yang Maha Berkuasa dan Perkasa
8. Al-Wahab : Yang Maha Pemberi
9. Al-Fattah : Yang Maha Pembuka
10. Al-Wahid : Yang Satu
11. Al-Ahad : Yang Maha Esa
12. As-Shamad : Sumber, puncak segala sesuatu

Hati adalah tempat bergerakny ruh dan ruh selalu memandang ke alam ‘ Malakut’ yang identik dengan kebaikan, dan dialam ini ruh dapat melihat surga alam malakut beserta para penghuninya, cahaya, dan para malaikat yang ada didalamnya.

Dan dialam inilah ruh ruh bergerak dan melakukan percakapan-percakapan tanpa kata dan suara, dan dalam percakapan itu pikiran akan selalu berputarmencari rahasia-rahasia atau makna dalam

batin.

Ruha yang bergerak akan melalui berbagai tingkatan dalam perjalanannya. Dan tempat ruh yang telah mencapai tingkatan tinggi adalah di tengah hati, yaitu Hati bagi Hati.

Yang sangat berhubungan dengan Sukma Sejati adalah bagaimana kita mengetahui dan memahami tentang "Rasa Sejati" ....bagaimana pembentukan rasa sejati adalah sebagai berikut:

**Eka Kamandhanu**, artinya kandungan berumur satu bulan mulai bersatunya kama laki-laki dan perempuan. Dari detik ke detik, kama tersebut menggumpal dan merajut angan-angan untuk mencipta embrio. Kama tersebut menyatu padu dalam kandungan ibu menjadi benih unggul dan keadaan benih belum begitu kelihatan besar dalam perut ibunya. Saat itu biasanya wajah ibu berseri-seri karena itu sering dinamakan Eka Padmasari artinya sari-sari bunga sedang berkumpul dalam kandungan ibu, dalam keadaan penuh kegembiraan. Pada saat ini hubungan seksual masih diperbolehkan, bahkan dimungkinkan hubungan akan semakin hangat karena kedua pasangan tengah akan menikmati anugerah Tuhan yang sebelumnya telah dinanti-nantikan. Detik keberhasilan hubungan seksual ini akan menjadi spirit hidup sebuah pasangan.

**Dwi Panunggal**, umur kandungan dua bulan. Pada saat ini juga boleh melakukan hubungan seks. Dalam istilah jawa disebut nyepuh ibarat seorang empu sedang membuat keris, semakin banyak nyepuh artinya menambah kekuatan magis keris, keris akan semakin ampuh. Juga hubungan seks pada waktu hamil muda akan semakin hangat dan menarik kedua pasangan, biasanya seorang wanita pada tahap ini ingin jalan-jalan pagi, ingin plesir ke tempat yang sejuk, indah dan mempesona, karena itu disebut pula dwi amratani, artinya rata kemana-mana, bepergian kemana-mana sebagai ungkapan kesenangan dan juga sambil memikirkan nama yang mungkin akan diberikan kepada anaknya kelak.

**Tri Lokamaya**, artinya umur benih tiga bulan kandungan, dan benih masih berada dalam alam maya. Benih belum ada roh yang ditiupkan, karena itu suasananya gondar-gandir atau gawat. Jika hubungan seks tidak hati-hati kemungkinan besar benih tadi bisa gugur dan terjadi pendarahan. Maka ada baiknya mengurangi kuantitas hubungan seks, dan menghindari percekocokan atau sering marah-marah, karena secara psikologis akan mengakibatkan benih gugur karena merasa panas, ini artinya hubungan yang harmonis dalam keluarga amat menentukan kondisi benih yang dikandung. Pada saat ini sikap selalu bersolek diri seseorang pasangan sangat menentukan. Karena itu candra benih tiga bulan sering dinamakan trikawula busana, artinya wanita sudah berpikir masalah pakaian seperti daster, pakaian bayi, dll, hal ini memungkinkan wajah wanita akan lebih berseri-seri bagai bulan purnama dan lebih cantik jelita.

**Catur Anggajati**, benih berumur empat bulan mulai terbentuk organ-organ tubuh secara lengkap. Benih unggul telah berbentuk manusia. Karena itu telah menghisap sari-sari makanan melalui sang ibu, umur seperti ini juga sudah ditiupkan roh sehingga benih telah hidup, sebagai tandanya sering bergerak. Karena itu hubungan seks yang berlebihan kurang baik pada saat ini, bahkan hubungan seks atas bawah akan berbahaya bagi benih dalam kandungan. Saat ini pula benih mulai merekam denyut hidup kedua pasangan. Karenanya kedua pasangan jangan berbuat hal-hal yang tidak baik atau terjadi penyelewengan akan berbahaya bagi benih bayi tersebut. Candra benih berumur empat bulan disebut catur wanara rukem, artinya tingkah laku ibu akan seperti kera yang sedang diatas pohon rukem, dia mulai nyidam buah-buahan yang asam dengan cara lotisan dan akan sangat aneh-aneh sehingga membutuhkan kesabaran bagi pasangan, kadang kurang wajar. Ia mendapat tambahan otak, karena itu sudah punya keinginan.

**Panca Yitmayajati**, artinya benih berumur lima bulan, dan benar-benar telah hidup, dan hubungan seks harus dilakukan lebih hati-hati, agar memperhatikan posisi sehingga tidak merugikan benih, dan pasangan harus telah tumbuh keberanian untuk menghadapi resiko lahirnya seorang bayi nanti. Karenanya candra benih berumur lima bulan sering dinamakan panca sura panggah, ada keteguhan dan keberanian menghadapi rintangan apapun ketika pasangan hamil lima bulan, tentu saja dari aspek materi jelas memerlukan persiapan berbagai hal. Mendapatkan tambahan otot mulai bergerak erlahan-lahan.

**Sad Lokajati**, benih berumur enam bulan semakin besar, karena itu kedua pasangan harus lebih berhati-hati. Karena itu candra benih dinamakan sad guna weweka, artinya mulai bersikap hati-hati

dalam bertindak dan bertutur kata, jika diantara pasangan ada yang berbuat kasar, mencaci maki apalagi berbuat keji akan mengakibatkan benih yang dikandung tidak baik, bahkan suami dilarang membunuh binatang karena secara insting benih sudah dapat merekam keadaan sekelilingnya. Mendapatkan tambahan tulang karena itu ia bisa naik turun, jungkir balik.

**Sapta Kawasajati**, umur benih tujuh bulan telah lengkap semua organ dan cipta, rasa, serta karsa, karena itu apabila ada bayi yang lahir pada umur tujuh bulanpun dimungkinkan. Dalam tradisi Jawa sering dilakukan ritual mitoni dengan maksud memohon agar bayi yang akan lahir diberi kelancaran, dan pada waktu ini hubungan seks dilarang sama sekali, walaupun dilakukan harus diperhatikan secara ekstra hati-hati (posisi diperhatikan). Karena candra bayi tujuh bulan adalah sapta kulilawarsa artinya seperti burung yang tergyur air hujan, merasa letih. Lelah, dan sedikit pucat, kurang bergairah dan perlu pengertian dari pasangan. Dan ia memperoleh tambahan rupa, dan mendapat tambahan Kodrat dari Allah Ta'ala seperti rambut, darah dan daging.

**Astha Sabdajati**, benih berumur delapan bulan biasanya siap lahir, siap menuju dunia besar setelah bertapa dalam kandungan. Bayi hampir weruh padange hawa, ingin menghirup udara dunia yang sesungguhnya. Saat ini hanya timbul sikap pasrah untuk menghadapi perang sabil. Candra bayi adalah astha secara-cara, artinya terjadi sikap berserah diri dengan cara apapun bayi akan lahir ibunya telah siap sedia bahkan siap berkorban jiwa raga. Manakala bayi umur delapan bulan belum mapan posisinya, tentu sang ibu akan gelisah. Untuk itu ada gugon tuhon juga agar ibu dilarang makan buah yang melintang posisinya, seperti kepel, agar posisi bayi tidak melintang yang akan menyulitkan kelahiran. Calon anak sudah dapat mengoperasikan saudara yang empat, sbb;

Pertama : kakawah (air ketuban)

Kedua : bungkus

Ketiga : ari-ari

Keempat : darah

Kakawah artinya menjadi pengasih, bungkus menjadi kekuatan, darah menjadi waliyas mati, harus diketahui bahwa Kakawah itu adalah malaikat Jibril, bungkus adalah Mikail, ari-ari adalah Malaikat Israfil, dan darah adalah malaikat Izrail.

Jibril pada kulit, Mikail pada tulang, Israfil pada otot, Izrail pada dagingakhirnya selamatlah sentosa, semua itu tidak kelihatan karena Kodrat Allah.

**Nawapurnajati**, bayi telah mendekati detik-detik lahir, yaitu sembilan bulan, dan tentu yang tepat sembilan bulan sangat jarang. Pada saat itu memang keadaan bayi dan ibunya sangat lelah, karena itu candra suasana disebut nawa gralupa artinya keaaan sangat lemas, tak berdaya, seperti orang lapar dan dahaga. Apalagi setelah sembilan bulan sepuluh hari dengan candra khusus dasa yaksa mati, artinya seperti raksasa mati terbunuh ksatria-seorang ibu setelah melahirkan bayi. Oleh karena itu hubungan seksual sangat dilarang, paling tidak kurang lebih 40 hari seorang suami harus berpuasa.

Sembilan langkah tersebut diatas di harapkan pasangan suami istri dapat menjalankan sesirik (prihatin), ibarat sedang bertapa gaib. Segala tingkah laku akan menjadi cerminan hidup anak yang masih dalam kandungan. Itulah sebabnya sikap dan perilaku dijaga baik-baik dengan tujuan manambah dan karyenak tyasing sesama, maksudnya hubungan vertikal selalu harus terus menerus dan hubungan dengan sesama makhluk agar jangan sampai berbuat diluar kewajaran. Ada empat yang dianugerahkan Allah Ta'ala dengan KodratNya ;

Pertama : Budi

Kedua : Rahsa

Ketiga : Angan-angan

Keempat : Hidup

Hakekat sadulur papat kalimo pancer

HAKEKAT GURU SEJATI

Kembali pada pembahasan Guru Sejati. Melalui 3 langkahnya (Triwikrama) Dewa Wishnu (Yang Hidup), mengarungi empat macam zaman (kertayuga, tirtayuga, kaliyuga, dwaparayuga), lalu

lahirlah manusia dengan konstruksi terdiri dari fisik dan metafisik di dunia (zaman mercapada). Fisik berupa jasad atau raga, sedangkan metafisiknya adalah roh beserta unsur-unsur yang lebih rumit lagi. Ilmu Jawa melihat bahwa roh manusia memiliki pamomong (pembimbing) yang disebut pancer atau guru sejati. Pamomong atau Guru Sejati berdiri sendiri menjadi pendamping dan pembimbing roh atau sukma. Roh atau sukma di siram "air suci" oleh guru sejati, sehingga sukma menjadi sukma sejati. Di sini tampak Guru sejati memiliki fungsi sebagai resources atau sumber "pelita" kehidupan. Guru Sejati layak dipercaya sebagai "guru" karena ia bersifat teguh dan memiliki hakekat "sifat-sifat" Tuhan (frekuensi kebaikan) yang abadi konsisten tidak berubah-ubah (kang langgeng tan owah gingsir). Guru Sejati adalah proyeksi dari rahsa/rasa/sirr yang merupakan rahsa/sirr yang sumbernya adalah kehendak Tuhan; terminologi Jawa menyebutnya sebagai Rasa Sejati. Dengan kata lain rasa sejati sebagai proyeksi atas "rahsaning" Tuhan (sirrullah). Sehingga tak diragukan lagi bila peranan Guru Sejati akan "mewarnai" energi hidup atau roh menjadi energi suci (roh suci/ruhul kuddus). Roh kudus/roh al quds/sukma sejati, telah mendapat "petunjuk" Tuhan -dalam konteks ini hakikat rasa sejati- maka peranan roh tersebut tidak lain sebagai "utusan Tuhan". Jiwa, hawa atau nafs yang telah diperkuat dengan sukma sejati atau dalam terminologi Arab disebut ruh al quds. Disebut juga sebagai an-nafs an-natiqah, dalam terminologi Arab juga disebut sebagai an-nafs al-muthmainah, adalah sebagai "penasihat spiritual" bagi jiwa/nafs/hawa. Jiwa perlu di dampingi oleh Guru Sejati karena ia dapat dikalahkan oleh nafsu yang berasal dari jasad/raga/organ tubuh manusia. Jiwa yang ditundukkan oleh nafsu hanya akan merubah karakternya menjadi jahat.

Menurut ngelmu Kejawen, ilmu seseorang dikatakan sudah mencapai puncaknya apabila sudah bisa menemui wujud Guru Sejati. Guru Sejati benar-benar bisa mewujudkan dalam bentuk "halus", wujudnya mirip dengan diri kita sendiri. Mungkin sebagian pembaca yang budiman ada yang secara sengaja atau tidak pernah menyaksikan, berdialog, atau sekedar melihat diri sendiri tampak menjelma menjadi dua, seperti melihat cermin. Itulah Guru Sejati anda. Atau bagi yang dapat meraga sukma, maka akan melihat kembarannya yang mirip sukma atau badan halusnya sendiri. Wujud kembaran (berbeda dengan konsep sedulur kembar) itu lah entitas Guru Sejati. Karena Guru Sejati memiliki sifat hakekat Tuhan, maka segala nasehatnya akan tepat dan benar adanya. Tidak akan menyesatkan. Oleh sebab itu bagi yang dapat bertemu Guru Sejati, saran dan nasehatnya layak diikuti. Bagi yang belum bisa bertemu Guru Sejati, anda jangan pesimis, sebab Guru Sejati akan selalu mengirim pesan-pesan berupa sinyal dan getaran melalui Hati Nurani anda. Maka anda dapat mencermati suara hati nurani anda sendiri untuk memperoleh petunjuk penting bagi permasalahan yang anda hadapi.

Namun permasalahannya, jika kita kurang mengasah ketajaman batin, sulit untuk membedakan apakah yang kita rasakan merupakan kehendak hati nurani (kareping rahsa) ataukah kemauan hati atau hawa nafsu (rahsaning karep). Artinya, Guru Sejati menggerakkan suara hati nurani yang diidentifikasi pula sebagai kareping rahsa atau kehendak rasa (petunjuk Tuhan) sedangkan hawa nafsu tidak lain merupakan rahsaning karep atau rasanya keinginan.

Sarat utama kita bertemu dengan Guru Sejati kita adalah dengan laku prihatin; yakni selalu mengolah rahsa, mesu budi, maladihening, mengolah batin dengan cara membersihkan hati dari hawa nafsu, dan menjaga kesucian jiwa dan raga. Sebab orang yang dapat bertemu langsung dengan Guru Sejati nya sendiri, hanyalah orang-orang yang terpilih dan pinilih.

#### SEDULUR; PAPAN KEPLAT, LIMA PANCER

Atau Keplat Papan,Lima Pancer, di lain sisi diartikan juga sebagai kesadaran mikrokosmos. Dalam diri manusia (inner world) sedulur papan sebagai perlambang empat unsur badan manusia yang mengiringi seseorang sejak dilahirkan di muka bumi. Sebelum bayi lahir akan didahului oleh keluarnya air ketuban atau air kawah. Setelah bayi keluar dari rahim ibu, akan segera disusul oleh plasenta atau ari-ari. Sewaktu bayi lahir juga disertai keluarnya darah dan daging. Maka sedulur papan terdiri dari unsur kawah sebagai kakak, ari-ari sebagai adik, dan darah-daging sebagai dulur kembarnya. Jika ke-empat unsur disatukan maka jadilah jasad, yang kemudian dihidupkan oleh roh sebagai unsur kelima yakni pancer. Konsepsi tersebut kemudian dihubungkan dengan hakekat doa;

dalam pandangan Jawa doa merupakan niat atau kebulatan tekad yang harus melibatkan unsur semua unsur raga dan jiwa secara kompak. Maka untuk mengawali suatu pekerjaan disebut dibutuhkan sikap amateg aji (niat ingsun) atau artikulasi kemantaban niat dalam mengawali segala sesuatu kegiatan/rencana/usaha). Itulah alasan mengapa dalam tradisi Jawa untuk mengawali suatu pekerjaan berat maupun ringan diawali dengan mengucap; kakang kawah adi ari-ari, kadhangku kang lahir nunggal sedino lan kadhangku kang lahir nunggal sewengi, sedulurku papat kiblata, kelimo pancer...ewang-ewangono aku..saperlu ono gawe ....

#### MENGOLAH GURU SEJATI

Guru Sejati yakni rahsa sejati; meretas ke dalam sukma sejati, atau sukma suci, kira-kira sepadan dengan makna roh kudus (ruhul kudus/ruh al quds). Kita mendayagunakan Guru Sejati kita dengan cara mengarahkan kekuatan metafisik sedulur papat (dalam lingkup mikrokosmos) untuk selalu waspada dan jangan sampai tunduk oleh hawa nafsu. Bersamaan menyatukan kekuatan mikrokosmos dengan kekuatan makrokosmos yakni papat keblat alam semesta yang berupa energi alam dari empat arah mata angin, lantas melebur ke dalam kekuatan pancer yang bersifat transenden (Tuhan Yang Mahakuasa). Setiap orang bisa bertemu Guru Sejatinya, dengan syarat kita dapat menguasai hawa nafsu negatif; nafsu lauwamah (nafsu serakah; makan, minum, kebutuhan ragawi), amarah (nafsu angkara murka), supiyah (mengejar kenikmatan duniawi) dan mengapai nafsu positif dalam sukma sejati (al mutmainah). Sehingga jasad dan nafs/hawa nafsu lah yang harus mengikuti kehendak sukma sejati untuk menyamakan frekuensinya dengan gelombang Yang Maha Suci. Sukma menjadi suci tatkala sukma kita sesuai dengan karakter dan sifat hakekat gelombang Dzat Yang Maha Suci, yang telah meretas ke dalam sifat hakekat Guru Sejati. Yakni sifat-sifat Sang Khaliq yang (minimal) meliputi 20 sifat. Peleburan ini dalam terminologi Jawa disebut manunggaling kawula-Gusti.

Tradisi Jawa mengajarkan tatacara membangun sukma sejati dengan cara ‘manunggaling kawula Gusti’ atau penyatuan/penyamaan sifat hakikat makhluk dengan Sang Pencipta (wahdatul wujud). Sebagaimana makna warangka manjing curiga; manusia masuk kedalam diri “Tuhan”, ibarat Arya Sena masuk kedalam tubuh Dewaruci. Atau sebaliknya, Tuhan menitis ke dalam diri manusia; curigo manjing warongko, laksana Dewa Wishnu menitis ke dalam diri Prabu Kreshna.

Sebagai upaya manunggaling kawula gusti, segenap upaya awal dapat dilakukan seperti melalui ritual mesu budi, maladihening, tarak brata, tapa brata, puja brata, bangun di dalam tidur, sembahyang di dalam bekerja. Tujuannya agar supaya mencapai tataran hakekat yakni dengan meninggalkan nafsul lauwamah, amarah, supiyah, dan menggapai nafsul mutmainah. Kejawen mengajarkan bahwa sepanjang hidup manusia hendaknya laksana berada dalam “bulan suci Ramadhan”. Artinya, semangat dan kegigihan melakukan kebaikan, membelenggu setan (hawa nafsu) hendaknya dilakukan sepanjang hidupnya, jangan hanya sebulan dalam setahun. Selesai puasa lantas lepas kendali lagi. Pencapaian hidup manusia pada tataran tarekat dan hakikat secara intensif akan mendapat hadiah berupa kesucian ilmu makrifat. Suatu saat nanti, jika Tuhan telah menetapkan kehendakNya, manusia dapat ‘menyelam’ ke dalam tataran tertinggi yakni makna kodratullah. Yakni substansi dari manunggaling kawula gusti sebagai ajaran paling mendasar dalam ilmu Kejawen khususnya dalam anasir ajaran Syeh Siti Jenar. Manunggaling Kawula Gusti = bersatunya Dzat Pencipta ke dalam diri mahluk. Pancaran Dzat telah bersemayan menerangi ke dalam Guru Sejati, sukma sejati.

#### TANDA PENCAPAIAN SPIRITUALITAS TINGGI

Keberhasilan mengolah Guru Sejati, tatarannya akan dapat dicapai apabila kita sudah benar-benar ‘lepas’ dari basyor atau raga/tubuh. Yakni jiwa yang telah merdeka dari penjajahan jasad. Bukan berarti kita harus meninggalkan segala kegiatan dan aktivitas kehidupan duniawi, itu salah besar !! Sebaliknya, kehidupan duniawi menjadi modal atau bekal utama meraih kemuliaan baik di dunia maupun kelak setelah ajal tiba. Maka seluruh kegiatan dan aktivitas kehidupan duniawi sudah tidak dicemari oleh hawa nafsu. Kebaikan yang dilakukan tidak didasari “pamrih”; sekalipun dengan

mengharap-harap iming-iming pahala-surga, atau takut ancaman dosa-neraka. Melainkan kesadaran makrokosmos dan mikrokosmos akan kodrat manusia sebagai makhluk Tuhan, hendaklah memosisikan diri bukan sebagai seteruNya, tetapi sebagai “sekutuNya”, sepadan dan merasuk ke dalam gelombang Ilahiah. Kesadaran spiritual bahwa kemuliaan hidup kita apabila kita dapat bermanfaat untuk kebaikan bagi sesama tanpa membeda-bedakan masalah sara. Orang yang memiliki kesadaran demikian, hakekat kehendaknya merupakan kehendak Tuhan. Apa yang dikatakan menjadi terwujud, setiap doa akan terkabul. Ucapannya diumpamakan “idu geni” (ludah api) yang diucapkan pasti terwujud. Kalimatnya menjadi “Sabda Pendita Ratu”, selalu menjadi kenyataan.

Selain itu, tataran tinggi pencapaian “ilmu batin/spiritual” dapat ditandai apabila kita dapat menjumpai wujud “diri” kita sendiri, yang tidak lain adalah Guru Sejati kita. Lebih dari itu, kita dapat berdialog dengan Guru Sejati untuk mendengarkan nasehat-nasehatnya, petunjuk dan petunjuknya. Guru sejati berperan sebagai “mursyid” yang tidak akan pernah bicara omong kosong dan sesat, sebab Guru Sejati sejatinya adalah pancaran dari gelombang Yang Maha Suci. Di sana lah, kita sudah dekat dengan relung ‘sastra jendra hayuning rat’ yakni ilmu linuwih, “ibu” dari dari segala macam ilmu, karena mata (batin) kita akan melihat apa-apa yang menjadi rahasia alam semesta, sekalipun tertutup oleh pandangan visual manusia maupun teknologi.

Tanda-tanda pencapaian itu antara lain, kadang seseorang diizinkan Tuhan untuk mengetahui apa yang akan terjadi di masa mendatang, melalui vision, mimpi, maupun getaran hati nurani. Semua itu dapat merupakan petunjuk Tuhan. Maka tidak aneh apabila di masa silam nenek moyang kita, para leluhur bumi nusantara yang memperoleh kawaskitan, kemudian menuangkannya dalam berbagai karya sastra kuno berupa; suluk, serat, dan jangka atau ramalan (prediksi). Jangka atau prediksi diterima oleh budaya Jawa sebagai anugerah besar dari Tuhan, terkadang dianggap sebagai peringatan Tuhan, agar supaya manusia dapat mengkoreksi diri, hati-hati, selalu eling-waspadha dan melakukan langkah antisipasi.

#### PENTINGKAH GURU SEJATI ?

Peran Guru Sejati sudah jelas saya paparkan di awal pembahasan ini. Namun demikian perlu kami kemukakan betapa pentingnya Guru Sejati dalam kehidupan kita yang penuh ranjau ini. Perahu kehidupan kita berlabuh dalam samudra kehidupan yang penuh dengan marabahaya. Kita harus selalu eling dan waspadha, sebab setiap saat kemungkinan terburuk dapat menimpa siapa saja yang lengah. Guru Sejati akan selalu memberi peringatan kepada kita akan marabahaya yang mengancam diri kita. Guru Sejati akan mengarahkan kita agar terhindar dari malapetaka, dan bagaimana jalan keluar harus ditempuh. Karena Guru Sejati merupakan entitas zat atau energi kebaikan dari pancaran cahaya Illahi, maka Guru Sejati memiliki kewaskitaan luarbiasa. Guru Sejati sangat cermat mengidentifikasi masalah, dan memiliki ketepatan tinggi dalam mengambil keputusan dan jalan keluar. Biasanya Guru Sejati “bekerja” secara preventif antisipatif, membimbing kita agar supaya tidak melangkah menuju kepada hal-hal yang akan berujung pada kesengsaraan, malapetaka, atau musibah.

#### ANASIR ASING

Konsep tentang guru sejati sebagaimana ajaran Jawa, dapat ditelusuri melalui konsep sedulur papat lima pancer, dalam konsep pewayangan yang makna dan hakikatnya dapat dipelajari sebagaimana tokoh dalam Pendawa Lima (lihat dalam tulisan Pusaka Kalimasadha). Namun demikian, dalam perjalanannya mengalami pasang surut dan proses dialektika dengan anasir asing yakni; Hindu, Budha, Arab. Leluhur bangsa kita memiliki karakter selalu positif thinking, toleransi tinggi, andap asor. Sehingga nenek moyang kita, para leluhur yang masih peduli dengan kearifan lokal, secara arif dan bijaksana mereka tampil sebagai penyelarar sekaligus cagar kebudayaan Jawa. Setelah Islam masuk ke Nusantara, ajaran Kejawen mendapat anasir Arab dan terjadi sinkretisme, sedulur papat keblat kemudian diartikan pula sebagai empat macam nafsu manusia yakni nafsu lauwamah (biologis), amarah (angkara murka), supiyah (kenikmatan/birahi/psikologis), dan mutmainah (kemurnian dan kejujuran). Sedangkan ke lima yakni pancer diwujudkan dalam dimensi nafsu

mulhimah (sebagai pengendali utama atau tali suh atas keempat nafsu sebelumnya. Konvergensi antara Kejawen dengan tradisi Arab disusunlah klasifikasi sifat-sifat nafsu jasadiah di atas dengan diaplikasikan ke dalam lambang aslinya yakni tokoh wayang; 1. Lauwamah = Dosomuko, 2. Amarah = Kumbokarno, 3. Supiyah = Sarpo Kenoko, 4. Mutma'inah = Gunawan Wibisono.